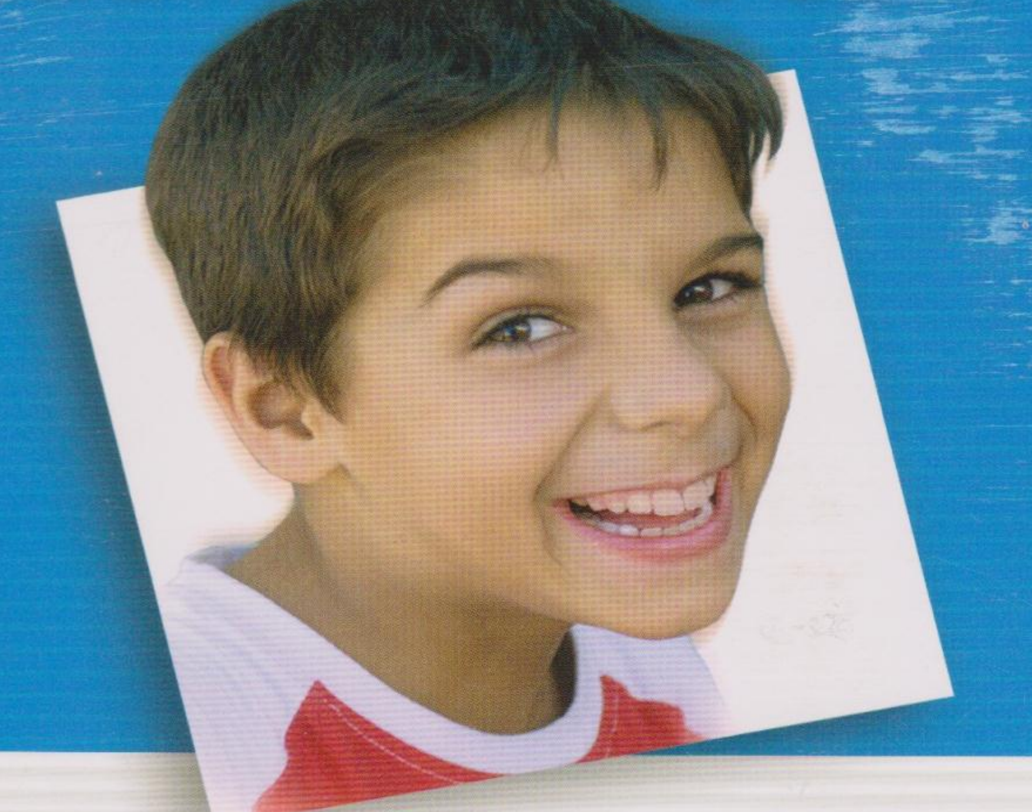
DIEZ VALORES CRISTIANOS QUE TODO NIÑO DEBERÍA CONOCER



Una guía práctica para las familias

Donna J. Habenicht

DIEZ VALORES CRISTIANOS
QUE TODO NIÑO DEBERÍA CONOCER

¡Construir niños es mejor que reparar adultos!

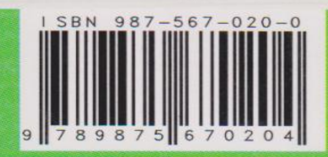
Los niños son bombardeados, hoy en día, por una serie confusa de valores falsos en la escuela y en los medios. ¿Qué pueden hacer los padres? ¿Cuáles son los secretos para criar a un niño que llegue a ser un adulto feliz? Donna Habenicht, usando las últimas investigaciones, provee más de mil estrategias para enseñar a los niños valores cristianos como el respeto, la responsabilidad, el autocontrol, la honestidad, la compasión, la gratitud, la perseverancia, la humildad, la lealtad y la fe en Dios. Usted aprenderá:

- ❒ Cómo proteger a su hijo contra las presiones de sus pares.
- ❒ Una lista de maneras creativas en las que su hijo puede decir "no".
- ❒ A comprender los estadios de maduración de su hijo.
- ❒ La importancia de producir la cantidad justa de excitación emocional.

Habenicht, aprovechando su experiencia multicultural, habla de cómo modelar los valores, del diálogo en la mesa familiar, de cómo llevar un diario, de cuadros, historias, preguntas, *role playing*, dibujos, oración y muchas otras estrategias para plantar valores en los corazones en crecimiento. Cada capítulo está lleno de sugerencias para actividades en familia, junto con sugerencias de qué hacer cuando un niño tiene problemas para aprender un valor en particular. Su hijo será un adolescente bien adaptado antes de agotar la riqueza de recursos que hay en este libro.

Donna J. Habenicht, Dra. en Educación, es profesora de Psicología Educacional y aconsejamiento en la Universidad Andrews. Es psicóloga clínica, lleva a cabo seminarios alrededor de todo el mundo acerca de cómo enseñar a los niños valores cristianos y trabaja en favor de familias con problemas. Habenicht y su esposo Herald, quien es médico, tienen dos hijos adultos. Sus libros anteriores incluyen la obra tan conocida *Enséñales a amar.*





ISBN 987-567-020-0

Diez valores cristianos que todo niño debería conocer

Una guía práctica para las familias

Donna J. Habenicht

ASOCIACIÓN CASA EDITORA SUDAMERICANA
Av. San Martín 4555, B1604CDG Ronda Oeste, Buenos Aires,
República Argentina

Título del original: *10 Christian Valúes Every Kid Should Know,* Review and Herald Publishing Association, Hagerstown, MD, Estados Unidos, 2000.

Dirección editorial: Pablo M. Claverie
Traducción: Adriana Itin de Femopase
Diagramación: Eval Sosa Tapa: Hugo O. Primucci

IMPRESO EN LA ARGENTINA Printed in Argentina

Primera edición Segunda reimpresión MMIX-2.5M

Queda hecho el depósito que marca la ley 11.723.

ISBN 978-987-567-020-4

Habenicht, Donna J.
Diez valores cristianos que todo niño debería conocer / Donna J. Habenicht dirigido por Pablo M. Claverie - 1ª ed., 2ª reimp. - Florida : Asociación Casa Editora Sudamericana, 2009.
300 p.; 23 x 15 cm.

Traducido por Adriana Itin de Femopase ISBN 978-987-567-020-4

1. Educación religiosa. I. Claverie, Pablo M., dir. II. Adriana Itin de Femopase, trad.
CDD 268

Se terminó de imprimir el 25 de noviembre de 2009 en talleres propios (Av. San Martín 4555, B1604CDG Florida Oeste, Buenos Aires).

-103914-

Reconocimientos

Cuando era alumna de posgrado en la Universidad Andrews, cursé una clase acerca del desarrollo del carácter con Ruth Murdoch, mi consejera y mentora. Ella me inspiró a ahondar profundamente en este tema. Durante 17 años he enseñado esta misma asignatura a estudiantes de posgrado. Nos divertimos mucho al investigar cómo los niños y los adolescentes desarrollan los valores y un carácter moral firme, y de qué manera continúa este proceso durante la adultez. Nuestras discusiones me han inspirado y han sido un desafío para mí.

Mis alumnos del curso del invierno de 1999 colaboraron en gran medida para la realización de este libro. Ellos escribieron muchas de las situaciones de la vida real y aportaron algunas de las pautas generales para los valores específicos. Quiero agradecer personalmente a cada uno de ellos por sus contribuciones: Marcia.Azevedo, Brett Carnduff, Pablo Huérfano, Israel Jean-Leone, Hillman St. Brice, Fred Toaloa y Cynthia White. Quiero agradecer especialmente a Israel por las situaciones adicionales y por las pautas que escribió durante el receso de primavera.

Muchas otras personas han hecho contribuciones para la redacción de este libro. No podría haberlo escrito sin el apoyo de la Escuela de Educación de la Universidad Andrews. Mi agradecimiento especial va dirigido a Karen Gra- ham, la decana, y a Hsie Jackson y mis otros colegas del departamento de Aconsejamiento y Psicología Educacional. Su apoyo fue esencial. Ralph Schroder, mi asistente, proveyó ayuda invalorable en la computadora y en la biblioteca.

Tim Crosby me animó a firmar el contrato para este libro. Sin ese contrato, temo que esta obra nunca habría sido escrita. Jeannette Johnson me mantuvo escribiendo cuando yo quería abandonar. También toleró muchas demoras en las fechas de entrega. Penny Estes Wheeler editó, y alentó y sirvió de contacto con la Review and Herald. Gracias por tu paciencia.

También quiero agradecer a los padres que asistieron a mis seminarios, a las familias a las que aconsejé, a los alumnos de mis clases y a mis amigos cercanos. Ellos han desafiado mi pensamiento y han compartido sus experiencias. Los relatos de este libro tratan acerca de personas reales, pero he cambiado los nombres y los detalles que podrían identificarlos, a fin de proteger su privacidad. Algunas de estas historias aparecieron originalmente en las columnas que escribí en *Our Little Friend* [Nuestro amiguito] y *Parent Talk* [Hablan los padres].

Mi familia hizo posible este libro. Cuando era niña, mis padres me proporcionaron un ambiente en el que pude desarrollar valores cristianos firmes. Mi esposo ha sido quien más me ha apoyado y animado. Nuestros hijos y nuestros nietos me enseñaron mucho acerca de los valores y el desarrollo del carácter, en el crisol de la vida familiar cotidiana. Larry y Debbie me proporcionaron, con cariño, una habitación con vista al Caribe, donde comencé esta obra. Nancy y Bruce me brindaron aliento y amistad a lo largo del camino y compartieron experiencias familiares. Nuestros nietos son los héroes de algunas de las historias.

A todos, ¡muchas gracias!

Contenido

PRIMERA PARTE

EL ÁRBOL DE LOS VALORES CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A APRENDER VALORES

SEGUNDA PARTE

LOS FRUTOS DEL ÁRBOL DE LOS VALORES CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A APRENDER VALORES ESPECÍFICOS

Este libro está dedicado, con cariño, a

Herald, Larry, Nancy, Debbie, Bruce, Liza, Jeffery, Jonathan y David.

Una palabra al lector

os valores y el carácter han sido temas "calientes" en la última década. Hemos sido bombardeados con las acciones inmorales de funcionarios de gobierno, jóvenes escolares, comerciantes de valores y, a veces, aun por nuestros amigos. Libros acerca de cómo enseñar valores a los niños han alcanzado los primeros lugares de la lista de best-séllers del Neu> *York Times.* Todos háblan acerca del “carácter” de los funcionarios electos y de los adolescentes.

Dios, en su Palabra, tiene mucho que decir acerca de los valores y del carácter. Pienso que es hora de que escuchemos. En los inicios de un nuevo milenio, nada puede ser más importante que ayudar a nuestros niños a aprender valores cristianos básicos que guíen sus vidas.

Este libro está dividido en dos secciones principales. La primera parte, “El árbol de los valores”, se centra en las pautas generales para enseñar valores a los niños. Son el fundamento del que emergen los valores específicos. La segunda parte, “Los frutos del árbol de los valores”, considera diez valores cristianos importantes de acuerdo con los cuales creo que todo niño debe vivir, un capítulo por valor. Estos

capítulos son como un libro de referencia, adonde puedes ir en busca de información acerca de un valor específico.

Cada capítulo describe un valor, considera cómo ve Dios el valor y proporciona pautas generales para ayudar a los niños a desarrollar este valor. La mayoría de los capítulos también tiene pautas específicas para enseñar diferentes aspectos del valor. Cada capítulo tiene una sección acerca de cómo ayudar a los niños que tienen problemas con este valor. Las secciones de "problemas" cubren muchas áreas de preocupación para las familias: falta de respeto, hiperactividad, pereza, irresponsabilidad, berrinches, drogas, salidas con jóvenes del sexo opuesto, divorcio y otros. Los capítulos concluyen con ideas para actividades en familia, frases sabias, el sendero de la naturaleza, y senderos cotidianos para ayudar a los niños a adoptar este valor como propio y a abrazarlo en su vida.

Dios quiere bendecirnos a nosotros y a nuestros hijos con su sabiduría. Que su Espíritu te acompañe mientras lees.

—Donna J. Habenicht

PRIMERA PARTE

EL ARBOL DE LOS VALORES

Cómo ayudar a los niños a aprender valores

Capítulo i

El árbol de los valores

> ***Bienaventurado el varón que no anduvo en consejo de malos [...] sino que en la ley de jehová está su delicia [...]. Será como árbol plantado junto a corrientes de agua [...] todo lo que hace, prosperará*** **(Sal. 1:1 -13).***

Me encantan los mimbres japoneses, con sus inflorescencias sedosas. Me hace sentir bien frotar mis dedos a lo largo de su suave pelusa, y le dan un toque especial a los arreglos florales. Cuando nos mudamos al sur de Michigan, vi mi oportunidad de tener todos los mimbres japoneses que quisiera, porque a estas plantas les encanta nuestro suelo y nuestro clima. Casi de la noche a la mañana, observé brotes nuevos, y para el tercer o cuarto año, mis arbustos de mimbre japonés parecían árboles. Tenían la altura de nuestra casa de dos pisos. Por supuesto, en la primavera, todas las ramas de mimbre japonés que quería cortar estaban fuera del alcance, en la parte superior de los "árboles".

El consultor de jardinería con el que hablé me aconsejó cortar los "árboles" a unos treinta centímetros del suelo. Temblé. ¡Qué insensible! No podía cortar mis hermosos árboles de mimbre japonés. ¿Volverían a crecer? Pero no podía alcanzar sus brotes, y la parte inferior de los "árboles" se veía bastante rala. Finalmente, decidí seguir el consejo del asesor, y una tarde cortamos las plantas y las dejamos a treinta centímetros del suelo. Para mi sorpresa, al año siguiente crecieron y tomaron la forma de hermosos arbustos de mimbre japonés, redondos y compactos, mucho más atractivos que antes. Lo que

parecía tan cruel era lo mejor para ellos.

Criar a un niño se parece mucho a cultivar un árbol. ¿Qué se necesita para cultivar un árbol sano? Una buena cepa genética, el mejor suelo para ese árbol, agua, fertilizante, una poda ocasional, luz solar y protección de las tormentas.

¿Qué se requiere para criar a un niño? **Una buena cepa genética.** Así como algunos niños son altos y otros bajitos, las investigaciones han mostrado que algunos son naturalmente más compasivos que otros. Esto viene con su conformación genética, así como para algunos niños es más fácil resistir la presión de sus pares y ser trabajadores responsables. Esto viene con su personalidad innata.

¿Quiere decir eso que otros no pueden aprender estos valores básicos? ¡Por supuesto que no! Pero es probable que se necesite más enseñanza y práctica, más aprendizaje acerca de Dios. Tomamos lo que trae cada niño, recordando que cada uno es un hijo especial de Dios, con un potencial ilimitado.

La unión entre los padres y el niño es el **"suelo"** en el que crecen nuestros hijos. Alexander Thomas y Stella Chess, investigadores de toda la vida en el tema del temperamento infantil, llaman a esta unión "concordancia". Al observar el temperamento de nuestros hijos, vemos rápidamente que algunos son más fáciles de enseñar que otros. En cuanto a aquéllos con temperamentos difíciles, debemos hacer muchos ajustes en nuestro ambiente hogareño para que prosperen y crezcan.

Los niños también necesitan la **luz solar** de nuestro amor y calidez, un **riego** diario de las dulces enseñanzas de la Palabra de Dios y de las experiencias de la vida, el refuerzo del **fertilizante** constituido por las experiencias especiales de enseñanza, la **poda** de la disciplina, y la **protección** de los vientos fuertes y de las tormentas que son más fuertes de lo que pueden soportar.

Algunos niños necesitan más protección que otros. Algunos necesitan más enseñanza, o más disciplina o más riego. Pero todos tienen potencial para crecer firmemente en el jardín de Dios. Algunos niños son como palmeras; otros son como robles o como arces. Crecerán a distintos ritmos y de maneras diferentes, pero cada uno tiene potencial para ser fuerte y hermoso según los tiempos de Dios.

Criar a un niño con valores cristianos sólidos –un árbol que crece junto a una corriente de agua, un árbol que prosperará, como describe Salmo 1– no es fácil en un mundo decididamente secularizado. Como dijo Robert Coles (quien tiene décadas de experiencia en investigaciones con los niños norteamericanos) en *Family Weekly* [Semanario familiar] hace quince años: "Los niños necesitan más que buena comida, un ambiente físico agradable y comprensión psicológica; necesitan aprender principios éticos, una noción firme de lo que deberían hacer y lo que no deberían hacer, y por qué". Y prosiguió diciendo que los niños "necesitan creer en algo más allá de sí mismos, en principios y propósitos que trasciendan su vida personal".

Al final, cada persona debe saber "para qué vive, en qué cree, qué es lo que sostiene contra viento y marea". Los valores son importantes porque proveen una base para todas las decisiones y acciones a lo largo de la vida. Los valores juegan un papel central en la vida. Yo soy lo que son mis valores. Se convierten en mi carácter, en mi verdadera persona interior. Se expresan en lo que hago y en la forma en que actúo.

Un sistema de valores cristiano sólido será de valor inmensurable para tus hijos a lo largo de sus vidas. Iluminará los momentos oscuros de decisión, señalará el camino hacia una senda de integridad y mantendrá sus almas en sintonía con Dios. Los valores proporcionan un sentido de propósito para la vida. Dirigen los medios y los fines de las acciones. Son normas de conducta. Son cualidades del alma. Tienen que ver con cada aspecto de la vida.

Sin valores y creencias sólidas, los niños no saben qué creen o quiénes son, y su autoimagen sufre. Cuando los niños tienen valores cristianos sólidos, se sienten amados, aceptados y seguros; toman decisiones responsables, y sienten la aprobación de su familia y de su comunidad. Su respeto propio florece.

Los valores no son sólo preferencias personales. Si me gusta el azul o el rojo, la ropa formal o deportiva informal, el cabello largo o corto, los muebles clásicos o modernos, los autos Ford o Fiat, las cortinas o las persianas, o ambas, todo es cuestión de gustos personales. Mis valores fundamentales pueden expresarse en cuánto pago por algunas de estas cosas o cuán importantes son para mí. Si tener una

casa "perfecta" es para mí un valor más importante que nutrir el crecimiento espiritual de mis hijos, actuaré de acuerdo con mi valor esencial, y pasaré más tiempo haciendo la limpieza y decorando mi casa que enseñando a mis hijos. Si mi carrera es más importante que desarrollar una relación con mi esposo, llevaré a la práctica este valor pasando más tiempo en mi trabajo. La forma en que gasto mi dinero anuncia en voz alta cuáles son mis valores esenciales.

Si prefiero una fogata o un fuego en la chimenea de mi casa, como pregunta una actividad popular de clarificación de valores, eso es cuestión de preferencia personal. No es un valor moral. Otra actividad de clarificación de valores pregunta si prefieres ser Virginia Virginal o Camila Cama. *Esa* elección está basada en valores morales –pureza, dominio propio y respeto–, no sólo en preferencias personales. Mis valores se expresan en si elijo tener sexo con mi novio, aunque ambos tenemos sólo 16 años y no estamos ni siquiera cerca de un compromiso matrimonial, o si elijo ser virgen hasta que me case. Las hormonas me empujan hacia el sexo, pero mis valores sólidos de pureza, dominio propio y respeto me ayudan a tomar esa decisión. La fuerza de mis valores determinará si ésa es una decisión fácil o difícil.

Los valores morales sólidos escasean en la actualidad. En los periódicos, en los programas televisivos, en las revistas de noticias y en la publicidad vemos proclamada la inmoralidad. Las vidas de las personas que nos rodean –y quizás a veces nuestra propia vida– hacen que nos preguntemos: "¿Qué pasó con los valores morales y éticos centrados en Dios?" La gente parece no estar consciente de que sus decisiones involucran un valor ético o moral con consecuencias importantes para ellos mismos y para otros.

Kayla era la orgullosa poseedora de un nuevo diploma en Odontología y estaba ansiosa por establecer su propio consultorio odontológico. Después de una larga búsqueda, encontró a dos odontólogos ya establecidos, que estuvieron dispuestos a compartir su clínica. Todos los indicadores parecían ser favorables: la zona no estaba saturada de odontólogos, los consultorios estaban convenientemente ubicados y tenían suficiente lugar de estacionamiento, y los arreglos financieros eran satisfactorios.

Así que, Kayla comenzó con el proceso de ofrecer sus servicios.

Anunció su nuevo consultorio en los diarios. Sus amigos distribuyeron tarjetas personales en sus lugares de trabajo y les hablaron a sus amigos. Ella anunció horarios convenientes al final de la tarde y a la noche, para atraer a sus potenciales clientes, y contrató a una asistente.

Pero no apareció ningún paciente. La clientela se construye básicamente por boca de pacientes satisfechos, así que Kayla comenzó a preocuparse a medida que pasaban las semanas. Necesitaba unos pocos pacientes para que comenzaran las recomendaciones boca a boca. Cada semana la recepcionista negaba con la cabeza y decía que nadie había llamado para pedir un turno.

Después de muchas semanas de esfuerzos diligentes sin ningún resultado, Kayla comenzó a tener sospechas. Así que, le pidió a una amiga que llamara por teléfono para pedir un turno. Una recepcionista de voz melosa dijo en forma de arrullo:

—Lo lamento mucho. La Dra. Kayla tiene todos los turnos completos durante meses. Pero el Dr. B. y el Dr. S tienen turnos libres. ¿Le gustaría ver a uno de ellos?

Fin del misterio. ¿Qué pasó con la honestidad y la integridad? ¿Vale todo en los negocios? ¿Qué pasó con la bondad y la compasión, con la responsabilidad, la lealtad y el compromiso, y con otros valores morales? ¿Adonde se han ido?

Enseñar a sus hijos a vivir de acuerdo con valores cristianos es su mayor responsabilidad como padres. ¿Cómo pueden tener éxito al enseñar valores cristianos a sus hijos? Observen el árbol de los valores. En primer lugar, examinaremos cómo enseñar valores en forma general, y luego nos concentraremos en cómo enseñar valores específicos fundamentales para las familias cristianas.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Las siguientes actividades te ayudarán a conocer las preferencias de los miembros de tu familia: colores, formas, animales, libros, historias, juegos, lugar de vacaciones, amigos, comidas, historias bíblicas, versículos bíblicos, relatos inspiradores y cualquier otra cosa que se te pueda ocurrir.

Mi color preferido: Un integrante de la familia dice cuál es su color preferido, y luego todos los demás nombran tantas cosas de ese

color como puedan pensar. Hagan un cuadro para esa persona, con su color preferido, pegando figuras recortadas de revistas con cosas de ese color sobre una cartulina grande. Escriban el nombre de la persona en la parte superior del cuadro.

Mis cosas preferidas: Hagan un cuadro para cada miembro de la familia, pegando una foto de esa persona en la parte superior del cuadro. Cada miembro de la familia puede hacer su propio cuadro buscando figuras de las cosas que más le gustan y pegándolas sobre una cartulina. Esta actividad podría formar parte de la noche familiar cada semana durante un mes o podría hacerse durante la primera semana de cada mes. Conversen acerca de las cosas favoritas de cada integrante de la familia. Enfatiza que cada persona es diferente y por eso nos pueden gustar cosas diferentes. Dios nos hizo de esa manera. No hay cosas favoritas correctas o incorrectas.

Mi versículo bíblico preferido: Copia el versículo preferido de cada miembro de la familia en una tarjeta con su nombre. Pega las tarjetas en lugares bien visibles de la casa. Puedes agregarle alguna figurita autoadhesiva, o dibujar flores o estrellas en los bordes de la taijeta.

Cultivar una planta: Ayuda a tus hijos a plantar algunas semillas, al aire libre o en una maceta en el interior de la casa. Enséñales luego cómo cuidar de las semillas y posteriormente de las plantas. Conversen acerca de qué se necesita para cultivar una planta sana.

Criar a un niño: Dios tiene un jardín muy especial. No cultiva plantas, cultiva niños en su jardín. ¿Cómo ayuda Dios a cada niño para que cultive un carácter sólido? (Explica a los niños pequeños que el carácter es lo que uno es y la forma en que uno actúa.) Para los niños de 6 a 12 años, explica la analogía entre cultivar un árbol y criar a un niño, tal como lo describe este capítulo. La familia podría ilustrar cada cosa (el suelo, la lluvia, la luz solar, etc.) con láminas, o los niños podrían inventar una pequeña dramatización o pantomima de cada uno; cuanto más divertida, mejor.

La responsabilidad de los padres no es para con la felicidad de sus *hijos, sino para con* su *carácter.*

–Haim Ginott

* Todos los textos bíblicos utilizados han sido extraídos de la Biblia, versión Reina-Valera de 1960, por ser la de más amplia difusión en castellano, salvo donde se indiquen otras versiones, como *Dios habla* hoy [DHH] o la *Nueva Versión Internacional* [NVI].

DIOS

VIVE los valores ENSEÑA los valores PROTEGE la mente de tu hijo

DIFERENCIA claramente lo bueno de lo malo DESARROLLA el respeto propio

y la confianza BRINDA muchas oportunidades para ejercitar la toma de

decisiones MUESTRA a tu hijo cómo manejar la presión de los pares

HAZ QUE DIOS SEA ALGO REAL

Capítulo 2

Los valores comienzan con Dios

[...] Aquello que la gente tiene en gran estima es detestable delante de Dios **(Luc. 16:15, NVI).**

Observa que el árbol de los valores comienza y termina con Dios. Desde su sistema radicular, pasando por el tronco y hasta los brotes de cada rama, Dios es la vida del árbol. Sin la savia dadora de vida que circula por la estructura del árbol llevando nutrientes, el árbol muere.

Sin Dios, los valores mueren. Ésto es evidente a todo nuestro alrededor, en nuestras comunidades y en el mundo. El mundo, en general, ha rechazado a Dios y sus valores. Millares son masacrados en Rwanda y en otros países. Una estudiante afroamericana distinguida, de enseñanza media, fue asesinada por sus compañeros de curso porque estaban resentidos por el nivel de realización que ella estaba estableciendo. Dos estudiantes de enseñanza media entran en su colegio, y matan a doce alumnos y a un profesor. La epidemia del SIDA va en aumento.

De acuerdo con el grupo de investigación Barna, que ha llevado a cabo extensos estudios entre los jóvenes, publicados en su *Generación Next* [Generación próxima], tres cuartas partes de los adultos y los jóvenes creen que la verdad es relativa a la situación y a las

personas. Creen que no hay verdades morales absolutas. Más de la mitad de los jóvenes dicen que a veces es necesario mentir. Muchos creen que el suicidio es simplemente una de las muchas posibilidades disponibles para una persona joven pensante. El 82% ha tenido relaciones sexuales con el sexo opuesto antes de los 19 años. Antes de graduarse de la escuela secundaria, un quinto de todos los estudiantes habrá tenido, por lo menos, cuatro compañeros sexuales. Se espera que cada año más de un millón de adolescentes contraigan una enfermedad sexualmente transmitida.

Una gran cantidad de matrimonios termina en divorcio. Millones de bebés nacen de madres solteras. Los partidos de fútbol son más importantes que el culto familiar. La carrera es más importante que las relaciones familiares.

Vivimos en una sociedad poscristiana, posmoderna, sin un sistema central de valores. Cada día se nos presiona para que aceptemos cualquier cosa, a todas las personas, cualquier acción, cualquier desviación, como si fuera correcta. Si no, se nos rotula de tener “prejuicios”.

Una sociedad poscristiana no tiene un ancla para los valores, las creencias y las acciones. El individuo es autónomo y es la fuente final de autoridad, puesto que el pluralismo cree que toda verdad es relativa. Esta actitud ha traído como consecuencia una degradación de los valores morales cristianos que han mantenido unida a la sociedad.

Para la mayoría de las personas, Dios ya no es más la fuente de los valores. Los valores comienzan *conmigo,* no con Dios. Como cristianos, podemos ser seducidos fácilmente por los valores que tienen que ver *conmigo* sin darnos cuenta de lo que nos está pasando. Son penetrantes, están en todas partes y en todo. *Mis necesidades* son las más importantes: mi carrera, mis deseos sexuales, mi apariencia, mi nivel de vida, lo que deseo hacer. Ocuparse primero de uno mismo. No ayudes demasiado a otras personas ni pongas sus necesidades antes que las propias, o te volverás codepen- diente, y la lista continúa.

La sociedad enfatiza valores que son falsos a la vista de Dios: los deportes, el materialismo, la apariencia física y el nivel económico. Aunque algunos de éstos tienen aspectos positivos, todos estos valores

enfatizan el yo: lo que yo puedo hacer, lo que yo poseo, la forma en que yo me veo, cuán importante soy yo. Todos están centrados en mí. Estos valores son una de las grandes razones por las cuales nuestros niños sufren de una baja autoestima, porque enfatizan lo externo y resultan en una constante comparación negativa del yo con los demás.

En diciembre de 1994, *Parent Magazine* [Revista para padres] publicó los resultados de un estudio que llevaron a cabo: "¿Cuáles son los valores de tu familia?" Respondieron siete mil personas. Los diez valores más elegidos por los que respondieron fueron: ideas básicas de lo bueno y lo malo, la importancia de la educación, normas de conducta sexual, tolerancia, matrimonio y familia, amistad, buenos modales y conducta social, logro del potencial individual, creencias religiosas, y necesidad de trabajo duro y postergación de la gratificación.

Estos padres afirmaron que se sentirían sumamente afligidos si su hijo fuera condenado por un crimen violento, si considerara a las personas de otros grupos raciales y étnicos como inferiores, usara drogas ilegales, fuera condenado por un crimen "de oficinista" y si nunca terminara sus estudios secundarios.

Por el otro lado, no se alarmarían tanto si su hijo se volviera ateo, si viviera en una relación homosexual, si tuviera un hijo fuera del matrimonio, si viviera con alguien del sexo opuesto sin estar casado, si se divorciara, si nunca tuviera hijos, si nunca se casara. Estas personas que respondieron reflejan claramente el énfasis de nuestra sociedad en la tolerancia hacia las diferencias étnicas, raciales y sexuales, y en las conductas sexuales enfatizadas por la revolución sexual.

Los valores que comienzan con Dios a veces son drásticamente diferentes de los valores seculares que nos rodean. ¿Estamos dispuestos a pagar el precio de seguir los valores de Dios? ¿Qué pasa si ese precio significa ser menos popular? ¿O menos exitosos en nuestro trabajo? ¿Qué pasa si significa ser pacífico y humilde en lugar de agresivo? ¿Con dominio propio en lugar de dar rienda suelta a todos nuestros impulsos y deseos? ¿Ser buenos y compasivos aunque eso nos cause inconvenientes? ¿Ser honestos aunque duela? ¿Recordar nuestro compromiso matrimonial aunque deseemos salir de esa relación?

En junio de 1994, la revista Good *Housekeeping* publicó los resultados de su concurso "Matrimonio feliz". Las palabras ganadoras del Sr. y la Sra. Dillon Bayes decían:

"Dimos... cuando DESEÁBAMOS recibir.
Servimos... cuando DESEÁBAMOS festejar.
Compartimos... cuando DESEÁBAMOS guardar.
Escuchamos... cuando DESEÁBAMOS hablar.
Nos sometimos... cuando DESEÁBAMOS reinar.
Perdonamos... cuando DESEÁBAMOS recordar.
Nos quedamos... cuando DESEÁBAMOS irnos".

¿Cuáles son los valores de Dios? Dios no vacila en hacérnoslo saber. En las Escrituras nos da una versión condensada de principios para guiar nuestras vidas: Gálatas 5:22, 23; 2 Pedro 1:5-7; 1 Corintios 13; Éxodo 20; Mateo 5:3-11; Romanos 12, por nombrar unos pocos.

Cuando estaba preparándome para escribir este libro, busqué en muchas partes diferentes listas de valores esenciales, los más importantes. Descubrí una multitud de valores de los cuales uno podría escoger. También pedí que hicieran listas los participantes de algunos de mis talleres, a fin de decidir cuáles eran los valores más importantes para enseñar a nuestros hijos. Sus listas me resultaron útiles.

Luché con los valores bíblicos, tratando de traducirlos a palabras que usamos hoy en día, sin perder su significado bíblico. Habría sido fácil si hubiera podido hacer una lista ilimitada de valores importantes. Pero yo quería limitar la lista de valores fundamentales para las familias cristianas a sólo diez. Creo que estos diez valores son esenciales para vivir a la manera de Dios en una sociedad secularizada, posmoderna.

Los valores de Dios son cualidades del alma, no sólo acciones externas. Cuando tus valores comienzan con Dios, comienzan dentro de ti. Dios no quiere sólo que actúes honestamente. Él desea que *seas* honesto. Ser honesto significa que aborreces la deshonestidad y que vives en forma transparentemente honesta. La honestidad es contraria a muchas de las prácticas comunes en los negocios o a las pequeñas mentiras blancas. Si tus valores son verdaderas cualidades de tu alma, continuarás siendo la persona que

eres sin importar cómo actúen los demás.

No podemos generar las cualidades del alma, éstas provienen de Dios. Él las pone dentro de nosotros. Nos llegan como resultado natural de nuestra íntima amistad con él. Cuanto más hablamos con él, leemos su Palabra, pensamos en su significado para nosotros y escuchamos a su Espíritu hablando a nuestras mentes, más nos pareceremos a él. Nuestro carácter reflejará nuestra amistad con él. Esto es lo más importante que debemos comunicar a nuestros hijos: que los valores provienen de Dios. Él los pone dentro de nosotros porque somos sus amigos.

A veces, el proceso de plantar valores en nuestro carácter es doloroso. Dios permite que aparezcan pruebas y dificultades en nuestro camino porque sabe que necesitamos fortalecernos. El camino para aprender los valores de Dios no es recto, ni suave, como una autopista de seis carriles. Es más bien como un camino de montaña, angosto, sinuoso, con huella y pegado a un precipicio. Muchas personas se dan por vencidas. Prefieren viajar por la autopista. Olvidan que se puede observar la vista desde la cumbre de la montaña y que Dios es el conductor. Piensan que ellos deben conducir solos, cuando en realidad todo lo que tienen que hacer es confiar en la conducción de Dios. Él los llevará con seguridad hasta la cima de la montaña.

Elige cuidadosamente los valores que quieres enseñar a tus hijos. Sin metas en relación con los valores para tu familia, corres el riesgo serio de vagar por el escenario de los valores sin enseñar nada que valga la pena. Si sabes qué valores quieres enseñar a tus hijos, puedes centrarte en ellos y hacer que tu enseñanza sea significativa. Tus hijos llegarán a comprender que tu familia cree en estos valores, que provienen de la Palabra de Dios, y que son muy importantes para las decisiones y las acciones cotidianas.

Nuestra lista de valores para las familias cristianas incluye: fe en Dios, respeto, responsabilidad, dominio propio y moderación, honestidad e integridad, bondad y compasión, contentamiento y gratitud, paciencia y perseverancia, paz y humildad, lealtad y compromiso. Todos estos valores están arraigados en el amor, en el amor de Dios y en el amor que él nos da. Sin el amor en el centro de tu ser, estos valores no pueden ser expresados. Todos estos valores forman parte de

la definición de amor. Ésta es la razón por la que el amor no está en esta lista. ¿Suenan como algo que quisieras para tus hijos? Mientras lees los capítulos acerca de los valores específicos, descubrirás que algunos de tus preferidos y que pensabas que faltaban en la lista, en realidad están incluidos, pero bajo un título diferente.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Selecciona algunas de estas actividades para ayudar a tus hijos a aprender más acerca de Dios y sus valores:

Los valores de Dios: Elige uno de los pasajes bíblicos que describen los valores de Dios (ver página 22). Léelo con tus hijos, usando tu versión bíblica preferida. Hagan una lista de los valores mencionados en el pasaje. Hablen de lo que significa cada uno. Dibujen o actúen el significado de cada uno.

Cómo es Dios: Busquen versículos bíblicos que describan a Dios o a Jesús. Hagan una lista de palabras que describan a Dios, de acuerdo con estos versículos. Después de explicar el significado de las palabras, pídeles a los niños más pequeños que actúen o representen lo que éstas significan.

Idea para la cartelera: Hagan una exhibición para la cartelera familiar que trate acerca de Dios y Jesús. (Usen los versículos que encontraron en la actividad anterior, "Cómo es Dios".) Pongan una hermosa ilustración de Jesús en el centro, y rodéenla con palabras y figuras que describan cómo es él.

Búsqueda de palabras: Encuentren palabras que comparen a Dios con alguna otra cosa. Por ejemplo, Jesús dijo: "Yo soy el pan de vida". ¿Qué significa eso? ¿Por qué dijo Jesús que es como un pan? Averigüen cómo se hace el pan, por qué es bueno para comer. ¿Cómo podemos "comer" a Jesús, el Pan de vida? Busquen una comparación diferente cada vez que hagan la búsqueda de palabras. Podrían buscar una palabra diferente cada semana durante un año y no agotar las posibilidades.

Búsqueda de valores: Lean algunos de los pasajes bíblicos sugeridos en la página 22. Como familia, observen el noticiero o lean las noticias en el diario, centrándose en los valores. Analicen las noticias usando los valores del pasaje bíblico. ¿Cuántos encontraron?

¿Cuántos contravalores o cosas opuestas encontraron? Por ejemplo, 2 Pedro 1:5 al 7 menciona el amor fraternal. Aunque una pelea es lo opuesto al amor fraternal, distribuir mantas a los sin techo muestra claramente bondad.

El árbol de los valores: Comiencen a hacer un árbol de los valores en la cartelera familiar. Los niños podrían dibujar un árbol grande en un pliego grande de papel o de cartulina. Ayúdalos a escribir algunos de los valores de Dios en el tronco y en los extremos de las ramas.

Los valores en mi corazón: Recorten un corazón grande en cartulina roja. Péguenle una figura de Jesús en el centro. Hablen acerca de los valores que tu familia desea que Jesús ponga en sus corazones. Escriban los valores en el corazón, o dibújenlos. Podrían hacer uno por noche en la hora del culto familiar.

Las tormentas hacen fuerte al árbol; las pruebas hacen fuerte al cristiano.

–*Unele Ben's Quotebook* [Libro de citas del tío Ben]

■

CLAVES PARA ELEGIR LOS VALORES DIVINOS

1. Elige valores fundamentales para tu familia provenientes de la Palabra de Dios. Asegúrate de que tus valores provengan de Dios.
2. Rechaza los valores que no vienen de Dios. Asegúrate de que tus hijos entiendan la diferencia.
3. Enséñales a tus hijos que a veces serán diferentes de los demás niños porque eligen vivir los valores de Dios.
4. Céntrate en los valores como cualidades del alma. Pídele a Dios que plante sus valores en tu familia.
5. Estudien el carácter divino. Cultiven una íntima amistad con Jesús.
6. Proporciona a tus hijos muchas oportunidades de centrarse en los valores de Dios.

DIOS VIVE los valores

ENSEÑA los valores PROTEGE la mente de tu hijo DIFERENCIA claramente lo

bueno de lo malo DESARROLLA el respeto propio y la confianza BRINDA

muchas oportunidades para ejercitar la toma de decisiones MUESTRA a tu hijo

cómo manejar la presión de los pares

HAZ QUE DIOS SEA ALGO REAL

Capítulo 3

Vive los valores

***[...] Cada árbol se conoce por su fruto [...] El hombre bueno, del buen tesoro de su corazón saca lo bueno [...] porque de la abundancia del corazón habla la boca* (Luc. 6:44, 45).**

Una de mis caricaturas favoritas muestra a un niño abriendo la puerta. Es el muchacho que trae el diario, que viene a cobrar. El niño se da vuelta hacia su mamá, que está parada justo fuera de la vista, y le pregunta:

–¿Quieres que le diga nuevamente que no estás?

Es la lección de hoy acerca de la honestidad, y el niño es un buen alumno.

Vivir los valores que quieres enseñar a tus hijos es la manera más efectiva e importante de enseñar. Como padre, siempre estás enseñando valores, ya sea que lo desees o no. Ocurre todos los días, muchas veces al día y de muchas maneras diferentes.

Quién eres es más importante que lo que enseñas. Alguien dijo sabiamente: "¡Los niños son imitadores natos; actúan como sus padres, a pesar de todos los esfuerzos por enseñarles a ser diferentes!" ¿Estás teniendo problemas para enseñarles a tus hijos a ser bondadosos y corteses? Detente y escúchate a ti mismo. Conecta un grabador una tardecita y una noche para ver cómo te oyes tú. ¿Les dices "por favor" y "gracias" a tu cónyuge y a tus hijos? ¿Eres una persona tan cortés en casa como en el trabajo? Pues bien, si no eres así, tus hijos llegarán a ser lo que tú eres, no lo que dices que ellos deberían ser.

La persona real es la que eres en casa. Si llegaste a la vida familiar

con algunas debilidades de personalidad ocultas, las presiones de la paternidad seguramente pondrán al descubierto cada una de ellas. ¡Te escuchas diciendo y haciendo cosas que prometiste que nunca les harías a tus hijos! ¡Ah! ¿Quién es esa persona enojada que acaba de perder el control? ¡Seguramente no yo!

Quizá la esposa y el esposo no concuerden en este tema de los valores. Él piensa que una pequeña mentira blanca no importa y ella cree en una estricta honradez. Él cree que los niños deben aprender a ser agresivos y competitivos para tener éxito en los negocios, y se ríe cuando ella enfatiza la paz y la humildad. Ella quiere entretenimientos y él quiere momentos tranquilos en casa. Si la esposa y el esposo disienten en muchos de los valores fundamentales, tienen por delante una tarea difícil tan sólo para mantener unido el matrimonio. Creo que es vital compartir los valores fundamentales, para el éxito de una relación matrimonial. Vuestros hijos también recibirán mensajes contradictorios. Tú los vives de una manera y tu esposo de otra. Una situación difícil, pero no totalmente imposible.

El mensaje de los valores es mucho más fuerte cuando lo viven tanto mamá como papá. Pero Dios está al nivel de cualquier situación difícil. Ora mucho y desarrolla más tu amistad con Jesús. Haz que tus valores sean atractivos. Enfatiza la felicidad que proviene de vivir los valores de Dios. Pasa muchos momentos de alegría y diversión con tus hijos. Concuerda con tu esposo, si puedes. Reserva las batallas para los valores realmente importantes. Proporciónales a tus hijos oportunidades de conocer a otros adultos que modelen valores cristianos.

Entonces, ¿dejaremos de enseñar valores porque es tan difícil vivirlos? ¡Por supuesto que no! Daremos pasos para cambiar.

En primer lugar, iremos al Señor con este problema. Él sabe cómo transformar tus debilidades de personalidad en fortalezas. Él te puede cambiar desde adentro hacia afuera. Ése es el único tipo de cambio que realmente perdura. Cada rasgo de personalidad tiene dos lados en relación con la paternidad. Si mamá o papá tienen sentimientos impetuosos fuertes, pueden tener problemas para controlar su ira en el momento, lo cual es difícil de afrontar para los niños. Pero también pueden abrazar y besar, reír y llenar la vida con gozo instantáneo, lo que les encanta a los niños. Dios puede ayudarte a usar

tus fortalezas a menudo y a suavizar tus debilidades.

Cuando te equivocas, admite ante tu esposo y tus hijos que no eres perfecta todavía.

–Me equivoqué. Lo lamento. Por favor, perdónenme. Trataré de hacerlo mejor la próxima vez.

Admitir los errores te convierte en una persona real, que trata de manejar problemas reales en la vida cotidiana. Tus hijos te respetarán más por ser transparente y humilde que si pretendes ser perfecto cuando saben que no lo eres. Los niños son muy perdonadores. Ellos perdonan y olvidan con más rapidez que los adultos.

Si el problema se encuentra dentro de tu matrimonio, entonces procura en serio comunicarte con tu cónyuge y trabajar en el tema. Si el problema de pareja tiene raíces profundas, consigue ayuda profesional; ¡tus hijos lo valen! En relación con la crianza de los hijos, un matrimonio sólido es más importante que grandes habilidades como padre. Los niños se complacen en la seguridad y el calor de una pareja que se ama verdaderamente el uno al otro. Su relación amante rodea a los niños con un ejemplo atrayente del amor de Dios y crea una atmósfera de confianza que alimenta lo mejor de un niño.

Los niños también absorben el modelo de otras personas importantes en sus vidas: hermanos mayores, abuelos, maestros, niñeras. Los niños pequeños observan a sus hermanos y hermanas mayores, y tratan desesperadamente de copiar su conducta. Vale la pena emplear mucho tiempo para enseñar a tu hijo mayor. La niñera que cuida a tus hijos o las empleadas del jardín maternal, ¿viven los valores que quieres que tu hijo aprenda? ¿Y en cuanto a los maestros de la escuela de tu hijo? No tienes posibilidad de elección en relación con los abuelos y otros familiares, pero sí la tienes en relación con la guardería, la escuela y la iglesia. Elige teniendo en mente los valores.

Muestra claramente cómo vives, explicando y señalando el valor. Vivir tus valores no es suficiente para estar absolutamente seguro de que los niños lo captan. Las investigaciones en relación con los modelos señalan claramente que un modelo es más efectivo si se explica lo que está haciendo y por qué.

Por ejemplo: es un día invernal ventoso, y mamá está llevando, en auto, a su hija a la escuela. Están yendo por una calle tranquila

cerca de su casa, cuando casi chocan con un gran tacho de basura que ha rodado hasta el centro de la calle. Instantáneamente, tiene que hacer una elección: esquiva el obstáculo o se detiene a un costado de la calle y coloca el tacho de basura en el patio del vecino. El vecino no sabrá que ella puso nuevamente el tacho de basura en el patio o que lo ignoró, y Ailín está casi llegando tarde a la escuela. Pero el tiempo está empeorando y el camino está un poco resbaladizo. Puede venir algún otro auto, y podría haber un accidente.

Mamá toma una decisión rápida y gira para estacionar el auto al costado del camino.

–Me parece que es mejor que saquemos el tacho de la basura del camino –le dice a Ailín–, Podría ocasionar un accidente o alguien lo podría chocar.

Las dos se bajan del auto, y llevan el tacho de basura hasta el patio del vecino y lo dejan en un lugar donde el viento no se lo lleve nuevamente. Al subir nuevamente al auto, la mamá dice:

–Es nuestra responsabilidad hacer lo que podamos para que las calles sean más seguras para los demás y también para ayudar a nuestros vecinos.

Buena acción del día. Pero es más que eso. Mamá tomó una decisión relacionada con los valores –la responsabilidad y la bondad son importantes– y actuó de acuerdo con esos valores. También hizo que el mensaje de los valores fuera claro para Ailín por medio de sus acciones y su explicación de por qué actuó como lo hizo. Su ejemplo fue más efectivo para enseñar a Ailín porque también se tomó el tiempo para explicarle qué estaba haciendo y por qué. Ailín también tomó parte en la acción.

Si tu decisión relacionada con los valores es difícil, permite que tus hijos te escuchen pensarla en voz alta. Habla acerca de la decisión relacionada con los valores que tuviste que hacer en el trabajo ese día y de las posibles consecuencias de esa decisión. A veces es difícil vivir tus valores. Sería más fácil evadir alguno de vez en cuando. Pero cada vez que haces lo que sabes que es correcto, tus valores se vuelven un poco más sólidos. Vivir los valores se hace un poco más fácil, y tus hijos comienzan a comprender que los valores son realmente importantes. Vale la pena el esfuerzo, porque son

importantes para mamá y papá.

Lo que una familia hace con su tiempo da un mensaje poderoso a los hijos en cuanto a los valores. Da una mirada a tu agenda de los últimos seis meses. El trabajo y el descanso ocupan la mayor parte de tu tiempo. ¿Y en cuanto al resto? ¿Qué hace tu familia en el tiempo libre? Tus elecciones dan un fuerte mensaje en relación con los valores.

El tiempo pasado entre adultos y niños es el fundamento de la enseñanza de valores. Hoy, los padres pasan un 40% menos de tiempo comunicándose con sus hijos que la generación anterior. La mayor parte de los niños está aprendiendo valores de otros niños, porque sus padres no tienen tiempo para enseñarles. Tiempo insuficiente y vidas sobrecargadas de horarios mantienen a las familias constantemente en una pista de carreras.

En realidad, tienes solamente una oportunidad de enseñarle a tu hijo; ¡haz que sea buena! Quizá sea tiempo de que tu familia se reúna y dé una mirada a los horarios. ¿Cuáles son las actividades que disfrutan de veras? ¿Cuáles más o menos? ¿Cuántos cargos tienes en la iglesia? ¿Cuántas noches a la semana pasas en reuniones de la escuela, de la iglesia o en actividades comunitarias? ¿En cuántas actividades están involucrados tus hijos?

Decidan, como familia, algunas pautas generales para estar en el control de sus vidas. Dos actividades extracurriculares son probablemente suficientes para la mayoría de los niños. Si tus hijos tienen dos clases de música por semana, clases de natación, van a practicar bás- quetbol, a la banda y al coro, tienen demasiadas cosas en su plato. Es suficiente como para provocar una indigestión de tiempo.

Para los padres que trabajan tiempo completo en trabajos exigentes, una actividad comunitaria es probablemente suficiente. Elige la que te sea más satisfactoria y agradable, y libérate gradualmente del resto. Tendrás muchos años para actividades comunitarias después de que tus hijos hayan crecido. En este momento, tu contribución más importante a la comunidad es la de criar hijos con valores cristianos sólidos.

Puesto que las actividades de cada miembro de la familia afectan al resto de la familia, es una buena idea traer a un concilio de familia

las propuestas de nuevas actividades importantes. Todos pueden examinar sus agendas y discutir la importancia de la nueva actividad propuesta. ¿Debería borrarse alguna otra actividad? ¿O se puede agregar esta actividad, con seguridad, a la carga de actividades de la familia? Nunca aceptes en el momento una nueva exigencia. Convérsalo con tu cónyuge y con tu familia. Ellos a menudo son más objetivos que tú en cuanto a lo que realmente puedes manejar. Llevará un tiempo tomar el control de la vida, pero el esfuerzo valdrá la pena.

Hoy en día hablamos mucho acerca de pasar "tiempo de calidad" con nuestros hijos. El tiempo de calidad sólo surge de grandes cantidades de tiempo pasado juntos. Uno no puede programar diez minutos de "tiempo de calidad". Simplemente, no sucede así. Uno debe invertir mucho tiempo en un hijo antes de ser recompensado con tiempo de calidad; momentos especiales que uno siempre recordará, los momentos en que uno enseña valores en un nivel profundo.

Por cuanto los niños de hoy conocen las presiones del tiempo, también saben que el tiempo pasado juntos es muy especial. Les estás dando un regalo que nadie más puede darles, un regalo que les dice cuánto los amas, de una manera que ninguna otra cosa podría hacerlo.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Prueba algunas de estas actividades, para tener idea de los valores que tus hijos ven modelados en vuestra familia.

Recuerdos de la infancia: Cuéntales a tus hijos alguna situación que recuerdes de tu niñez que muestre los valores que vivían tus padres. Pídeles a tus hijos que cuenten alguna historia que recuerden de su infancia.

Los dichos de mamá o de papá: Escribe o registra en un casete todas las instrucciones que puedas recordar de tus padres, las cosas que te decían en forma reiterada para guiarte. Por ejemplo: "Aves del mismo plumaje se juntan". ¿Utilizas algunos de estos dichos con tus hijos?

Valores fundamentales: Aparta un tiempo tranquilo con tu cónyuge, en el que puedan hablar de sus valores. Comiencen haciendo cada uno una lista de los diez valores más importantes para cada uno. Comparen las listas. Hablen de las diferencias. Conversen acerca

de los valores compartidos. Traten de confeccionar una lista compartida de los diez valores más importantes para enseñarles a sus hijos. Si diez parece demasiado, comiencen con cuatro o cinco.

Los valores en el lugar de trabajo: Comparte con tus hijos una experiencia de toma de decisión relacionada con los valores, que tuviste que hacer en tu trabajo, preferentemente mientras estás hadándola, para que ellos puedan ver cómo la piensas y resuelves. Hablen acerca de las consecuencias de la decisión.

I **Diario de valores:** Comienza a escribir o registrar un diario de í valores, anotando toda experiencia que tengas que impacte sobre tus Ї valores y la manera en que los vives.



> CLAVES PARA VIVIR LOS VALORES

i1. Practicar los valores que quieres que tu hijo aprenda.

!2. Explicar y señalar los valores que estás viviendo.

3. Discutir las decisiones relacionadas con los valores que deben tomar los miembros de la familia.
4. Ser una persona genuina. Admite que no siempre tienes la razón.
5. Fortalecer tu matrimonio. Tu relación de pareja es un factor clave para vivir los valores.
6. Enseñar a tu hijo mayor con mucho cuidado. Él o ella será el modelo para tus hijos menores.
7. Elegir la guardería, la escuela y la iglesia teniendo en mente los valores.
8. Ordenar tu vida y hacer tiempo para tus hijos.
9. Limitar las actividades de los adultos y los niños a cantidades razonables.
10. Darle a tu hijo gran cantidad de tiempo. El tiempo de calidad surge de la cantidad de tiempo que pasan juntos.

Cuando uiuimos lo que enseñamos, podemos enseñar a otros a uiuir.

–Andrew Murray

DIOS

VIVE los valores ENSEÑA los valores

PROTEGE la mente de tu hijo DIFERENCIA claramente lo bueno de lo malo

DESARROLLA el respeto propio y la confianza BRINDA muchas

oportunidades para ejercitar la toma de decisiones MUESTRA a tu hijo cómo

manejar la presión de los pares

HAZ QUE DIOS SEA ALGO REAL

Capítulo 4

Enseña los valores

> ***Grábate en la mente todas las cosas que hoy te he dicho, y enséñaselas continuamente a tus hijos; háblales de ellas, tanto en tu casa como en el camino, y cuando te acuestes y cuando te levantes [...] Escríbelos también en los postes y en las puertas de tu casa*** **(Deut. 6:6-9, DHH).**

Hace muchos años, leí una historia en *Guideposts* acerca de una familia que decidió tomar en serio la instrucción de Deuteronomio 6. Estaban construyendo una casa nueva con cielorrasos de vigas a la vista en todas las habitaciones, así que decidieron pirograbar un versículo bíblico preferido en la viga de apoyo de cada habitación. Los hijos eligieron versículos bíblicos para sus dormitorios, y toda la familia eligió los versículos para las zonas comunes de la casa. También eligieron un versículo entre todos, para poner sobre la puerta de entrada.

¡Qué maravillosa herramienta de enseñanza para toda la familia! Todos los días esos versículos bíblicos estaban siendo grabados en la memoria subconsciente de cada miembro de la familia, para convertirse en postes guías para sus vidas.

Aunque vivir tus valores es la forma más poderosa de influir sobre los hijos, también debes enseñar esos valores deliberadamente. **La enseñanza refuerza tu ejemplo de vida.** Haz que tu enseñanza sea enérgica, positiva y apasionada. Tu firme liderazgo en la familia es crucial para enseñar valores. Proporciona un modelo que tus hijos no pueden ignorar.

¡Haz tu propaganda temprano! Prepara a tus hijos para el futuro Enseña anticipando las decisiones y los dilemas que sabes que tus hijo tendrán. Enseña acerca de la elección de los amigos y las relaciones coi el sexo opuesto, por ejemplo, mucho antes de que tu hijo sea adolescen te. Una vez que las hormonas comienzan a fluir, es mucho más difícil qu< llegue tu mensaje. Para lograr cruzar el río hacia la adultez, debes ense ñarle a tu hijo a ser un buen nadador antes de que se sumerja en la vio lenta corriente de las decisiones adolescentes en relación con los valores Es demasiado tarde dar en ese momento lecciones de natación. Si ti adolescente no es un buen nadador, se ahogará. Muchos adolescentes 1(hacen. Y no puedes mantenerlos en el banco esperando las lecciones d< natación. El empujón hacia la adultez es inexorable.

Para lograr esto, debes pensar por anticipado. Pregúntate: ¿Qui es probable que mi hijo deba enfrentar el próximo año? ¿En los do próximos años? Junta ideas de tus propios años de desarrollo. Lee ui libro que hable del desarrollo evolutivo. Habla con amigos que tienei hijos mayores. Pronto tendrás una buena idea de lo que tu hijo y tú tie nen por delante. Entonces, puedes enfocar tu enseñanza hacia el futur< además del presente.

Hay muchas maneras de enseñar valores. Cuantas más formas di ferentes uses, mayor será el refuerzo del valor.

1. Céntrate en el valor. Desarrolla un plan sistemático para *en* señar valores. Céntrate específicamente en un valor por vez. Puede elegir un valor relacionado con una fecha especial y enfocar uno po mes. Para ayudarte a comenzar a pensar, en la próxima página ha una lista de los valores de este libro, con la sugerencia de un mes par, cada uno. Naturalmente, puedes reacomodarlos para que se ajusten . las fechas especiales locales.

O, en lugar de concentrarse en un valor diferente cada mes, cér trense en los valores según surjan de las experiencias cotidianas de la fe milia. Víctor enfrenta una elección difícil —su novia lo empuja para teñe sexo con él—: "si la amara, él se lo demostraría", y ese tipo de cosas. A *i* le gusta la chica, pero parece no poder hacerle entender por qué m quiere tener sexo con ella ahora. Ella está amenazando con dejarlo po alguien que "lo haga". Este es el momento perfecto para concentrar» en el dominio propio, o en la lealtad y el compromiso, o la fe en Dios cualquiera de estos valores que ayude más a Víctor. Si tu familia es comí

VALOR	MES	FECHA ESPECIAL
Paz	Enero	Año Nuevo
Hflondad y compasión	Febrerc	Día de los Enamorados
Paciencia	Marzo	Inicio del ciclo lectivo
Humildad	Abril	
Respeto	Mayo	Día del Trabajo
Responsabilidad	Junio	Día del Padre
Perseverancia	Julio	Día de la Independencia
Lealtad y compromiso	Agosto	
Honestidad e integridad	Septiembre	Llegada de la primavera
Dominio propio	Octubre	Día de la Madre
Contentamiento y agradecimiento	Noviembre	
Fe en Dios	Diciembre	Navidad

la mayoría de las familias, probablemente no sepas que Víctor está enfrentando esta difícil decisión. Sin embargo, puedes suponer que cualquier adolescente enfrentará esta decisión en algún momento.

Debieras ser consciente, sin embargo, de que hay un peligro en centrarse demasiado en un valor con el cual tu hijo está luchando, especialmente con los adolescentes. Corres el riesgo de alienar a tu adolescente. Algunos adolescentes están luchando tanto con la construcción de su propia identidad y tratando de separarse de sus familias que harán lo contrario a lo que les enseñas, tan sólo para afirmar su

independencia. Así que, camina por este sendero con cuidado, precaución y mucha oración. La esperanza es que "hayas hecho la propaganda temprano", y ahora sólo tienes que recordar suavemente, dialogar, y alentar lo que tu adolescente ya sabe y realmente cree.

Johanna vuelve a casa de su primer día en tercer grado, contando de una nena nueva que tiene una enorme cicatriz que casi le cubre el lado derecho de la cara. Su brazo también está lleno de cicatrices.

–Mamá, es muy fea, casi como un espantapájaros. Todos los chicos la miraban y la molestaban, y nadie siquiera le habló. Yo no dije nada, ¡pero me daría miedo tocarla!

Momento perfecto, para centrarse en la bondad y en la compasión. Lean acerca de quemaduras, injertos de piel y cicatrices. Dialoguen acerca de la situación durante las comidas. Compartan experiencias de personas con discapacidades. Anima a Johanna a que invite a casa a la nueva compañera, para jugar juntas en un futuro cercano.

También podrías elegir centrarte en un valor en anticipación de momentos especiales en la vida del niño. Carlos está pensando en postularse para un cargo en el centro de estudiantes el próximo semestre. El resultado de la elección, naturalmente, es incierto. Centrarse en la perseverancia podría ser útil al anticiparse a lo que podría ser la campaña.

2. **Utiliza estrategias de enseñanza.** Enseñar valores no es como enseñar matemáticas o geografía. El aprendizaje memorístico nc sirve. Enseñar valores combina pensar y sentir. Algunas estrategias enfatizan lo uno más que lo otro. Otras combinan los dos en forma poderosa. Elige primero aquello con lo que te sientes más cómodo, y pruebe luego algunas ideas nuevas. Pronto sabrás qué es lo que motiva más c tus hijos.

Las **historias** son una de las mejores estrategias para enseñar va lores. Les agradan a las personas de toda edad. Tienen una atracciór emocional poderosa así como también el efecto de hacer pensar a lo: oyentes. Los niños pueden probar diferentes roles, identificándose coi cualquier personaje de la historia, con muchos menos riesgos que pro bar esos mismos roles en la vida real. Las historias vuelven a impresio nar el corazón en momentos de decisión.

Lee o cuenta las historias con sentimiento y dramatismo. Haz qu< la historia sea vivida. A medida que los niños crecen, túrnense par

leerlas como una actividad familiar. Pide a los niños mayores que preparen una historia para la familia. Los niños y los adultos, por igual, disfrutan escuchando muchas veces sus historias favoritas.

Si involucras a los niños en un diálogo acerca de la historia, aumentarás su poder de enseñanza. Examinen cómo se sintió cada personaje, qué hizo y cómo tomó decisiones difíciles. Descubre qué piensan tus hijos. No digas, pregunta. Dialogar significa hablar y escuchar lo que cada persona piensa o siente. No tienes que sermonear. Decir: "Y ahora, la lección que deberíamos aprender" hace que los niños se desconecten. La historia hablará por sí misma, especialmente con el diálogo.

He encontrado historias con un potencial maravilloso de enseñanza en casi cualquier lugar: en la biblioteca local, en las librerías cristianas, en las librerías comunes, en los libros de texto, en números viejos y nuevos de revistas para niños. Una de las historias preferidas en nuestra casa, cuando los niños eran pequeños, estaba en un librito que compramos en el supermercado. Hasta vale la pena explorar los altillos de tus padres o tus abuelos. Hay algunas colecciones de historias disponibles con un índice de valores, que hace más fácil encontrar la historia justa. Pregunta en una librería cristiana o consulta con un bibliotecario.

Las mejores historias son las de tu propia niñez, las decisiones difíciles que enfrentaste cuando crecías, tus sentimientos, tus tentaciones. Tus historias son más significativas porque son tuyas. Nadie más puede contar estas historias. Usa su poder para inspirar a tus hijos.

Las **situaciones cotidianas** pueden ser momentos ideales de enseñanza. Toma ese momento y corre con él. Puede ser un "momento" de dos minutos o un "momento" de un mes de duración. Sea lo que fuere, será el momento perfecto para enseñar valores, porque tus hijos están involucrados en la situación. Significa verdaderamente algo para ellos, porque es la vida real.

Jonatán, de 3 años de edad, había estado toda la mañana observando ansiosamente la actividad en la casa de al lado, mientras algunos hombres apaleaban y se llevaban cargamentos de tierra, martillaban las formas para la nueva cochera de cemento y nivelaban los cimientos. Más tarde ese mismo día, cuando entró en la casa, traía un pequeño palo colgando de la boca.

–¿Qué es eso en tu boca? –preguntó su mamá.

–Es mi vela de boca –contestó Jonatán–. Como la de los hombres que están haciendo la entrada para autos.

De pronto, la mamá entendió.

–¿Quieres decir un cigarrillo, no?

–Mi vela de boca –insistió el niño.

Mamá decidió rápidamente que era el momento para una lección acerca de los peligros del cigarrillo. Cuidadosamente, le explicó de qué manera los cigarrillos enferman a las personas, enfatizando que Dios quiere que mantengamos nuestros cuerpos sanos y fuertes.

A la mañana siguiente, Jonatán estaba ansioso por mirar cómo los hombres echaban el cemento. Pero esta vez tenía algo importante en su mente. En la primera oportunidad que se le presentó, le habló a uno de los hombres.

–Señor, ¿por qué no deja de fumar? ¡No es bueno para usted! ¡Se va a enfermar!

La lección de mamá se había fijado en su pequeña mente y quería transmitir la información. Había sido el momento perfecto para enseñarla, y mamá lo había aprovechado. (Adaptado de *Enséñales a amar* [Asociación Publicadora Interamericana].)

Las **preguntas** a menudo enseñan mejor que los sermones o los retos. Funciona de esta manera. Oyes gritos que vienen de algún lugar cercano a tu casa: gritos y risas mezclados con alaridos de gato. Sales corriendo a investigar y descubres al matón del vecindario revoleando a tu gato por la cola, con un círculo de niños –los tuyos incluidos– chillando de risa por la miseria del gato y las payasadas del que hace girar al gato. Aunque estás molesta con el que revolea al gato, también estás molesta con todos los demás niños cuyas risas lo incitan a seguir.

¿Qué debieras hacer? Podrías gritar por encima del ruido que ellos hacen, y decir: "¡Detengan eso en este instante!", y ellos probablemente se detendrían. Quizá debas hacer eso para captar su atención, si no se detienen en el instante en que apareces en escena. Entonces, podrías sermonearlos acerca de la bondad hacia los animales. Si les das un sermón bien firme, tus hijos pueden llegar a entender el mensaje y los niños del barrio desaparecerán rápidamente.

Pero hay una manera más efectiva. Estos niños –incluidos los tuyos– necesitan aprender a pensar acerca de sus acciones. Es más probable que los hagan pensar las preguntas, antes que un sermón. A menudo,

los niños no están pensando nada acerca de la situación; sólo tolerando tu razonamiento. Necesitan aprender a razonar acerca de la vida.

Hay muchas preguntas que podrías hacer: Al que revolea el gato: ¿Qué estás haciendo? ¿Qué pasará si sigues haciendo girar al gato? A tus hijos: ¿Cuál es nuestra regla en cuanto a cómo tratar a los animales? ¿Qué deberías hacer para seguir la regla? A todos los niños: ¿Qué están haciendo? ¿Qué deberían haber hecho? ¿Cómo suponen que se siente el gato?

Para que las preguntas sean efectivas, debes seguir las siguientes pautas:

Haz una sola pregunta. Espera una respuesta. Si el niño no responde, repite la pregunta. Si hace algún comentario pero no responde la pregunta, acepta y reconoce el comentario, pero repite la pregunta. Eventualmente responderá.

Mantén tu voz en un tono normal, o más bajo que lo normal, y mantén una conducta respetuosa hacia el niño. No puedes obtener respeto a menos que tú primero respetes.

No te des por vencido. Las preguntas exigen más tiempo que las órdenes, pero desarrollan la comprensión moral y el razonamiento que tus hijos necesitan para incorporar los valores.

El diálogo acerca del gato podría ser algo parecido a esto, suponiendo que dejaron de revolear al gato cuando tú apareciste, y que estos niños tienen algo de conciencia y sintieron algo de culpa:

Tú: ¿Qué estaban haciendo?

(Los niños *guardan silencio.)*

Tú: ¿Qué estaban haciendo con el gato?

Niños: Oh, sólo nos estábamos divirtiendo.

Tú: ¿Qué estaban haciendo con el gato?

Niños: Revolearlo por la cola. [Suspiro.] Pero al gato no le importaba, a los gatos les gusta eso.

Tú: ¿Cómo les parece que se sentía el gato con eso?

Niños: No sé.

Tú: ¿Qué estaba haciendo el gato?

Niños: Chillar.

Tú: ¿Cómo les parece que se sentía el gato?

Niños: ¿Cómo vamos a saberlo? Yo no soy un gato [dice el bravucón del grupo].

(Algunos niños *se ríen.)*
Tú: ¿Cómo te sentirías si viniera un gigante, te tomara por el dedo y te colgara sobre un profundo precipicio mientras se ríe, se ríe, y dijera que te iba a dejar caer?
Niños: Asustado. Probablemente gritaría. [Pausa.] ¿Te parece que el gato se sentía así?
Tú: ¿A ti qué te parece?
Niños: No pensamos en los sentimientos del gato. Quizá le hacía doler, y el gato estaba asustado.
Tú: ¿Cómo piensan que deberíamos tratar a los animales?
Niños: No deberíamos hacerles daño. Ellos también tienen sentimientos.
Tú: ¿Qué harás la próxima vez que alguien sugiera hacerle da ño a un animal?
Niños: Decirles que no. Llevarnos al animal.
Tú: Captaste la idea.

Al usar preguntas en lugar de órdenes, llevas a los niños a entender cómo hicieron sentir sus acciones al animal. Decidieron cuáles serían las acciones apropiadas en el futuro. La probabilidad de que traten bondadosamente a los animales en el futuro es mayor que si hubieras salido gritando y sermoneando.

Si tus hijos tienen más de 8 ó 9 años y nunca has usado el método interrogativo anteriormente, puede que no estén acostumbrados a pensar en la otra persona. Usa preguntas muy sencillas para ayudarlos a madurar en su empatia.

Sé consecuente, y serás recompensado con una comprensión cada vez mayor. Recuerda, haz una sola pregunta y espera tranquilamente la respuesta. Persiste hasta obtener una respuesta. Luego ayuda al niño a avanzar en su razonamiento, usando preguntas adicionales.

Las preguntas son lo más apropiado cuando quieres enseñarle a tu hijo razonamiento moral. También son efectivas para lograr que los niños reconozcan su conducta y hagan un compromiso para el futuro.

La **dramattzación o el** *role playlng* es otra manera efectiva de enseñar valores. Este método es especialmente útil para enseñar a los niños cómo manejar la presión de los pares. La estrategia es sencilla. Tu hijo y tú dramatizan una situación imaginaria similar a alguna que le

resulta difícil de manejar a tu hijo. En primer lugar, tú representas el papel de tu hijo, y el niño puede ser la otra persona, por ejemplo, el niño que lo molesta. Luego se invierten los roles. Tu hijo actúa como él mismo y tú representas al otro niño.

Esta dramatización proporciona la oportunidad de practicar qué decir y hacer anticipándose a las situaciones. Es una estrategia muy útil para practicar nuevas conductas. Si comienzas a usar esta estrategia cuando tu hijo tiene 4 ó 5 años, para cuando tenga 10 ó 12 estará acostumbrado a dramatizar, y podrás trabajar muchas situaciones antes de que ocurran. También será adepto a entender cómo se sienten los otros, porque ha practicado ponerse en el lugar de los demás.

Dibujar es una forma poderosa de hacer que los niños expresen sus sentimientos. A algunos niños les cuesta hablar acerca de los sentimientos, pero pueden dibujar o pintar cómo se sienten en relación con una situación o persona. Sigue estas sencillas pautas: *Nunca le digas al niño qué dibujar.* Tan sólo sugiérele que haga un dibujo acerca de cómo se siente. *No estés encima del niño mientras dibuja.* Ve a hacer alguna otra cosa y vuelve después de un rato. No *hagas* comentarios *acerca del dibujo.* Di, en lugar de eso: "Cuéntame acerca de tu dibujo". No digas que es bueno, hermoso, o feo. Escucha lo que dice tu hijo, con algún comentario ocasional de apoyo. Cuando termine de contarte acerca de su dibujo, haz un comentario que refleje lo que piensas que él siente acerca de esta situación. "Sentiste temor de ese matón". Después de eso, quizá puedan hablar más de la situación que enfrentó y ayudarlo a pensar maneras en las que puede afrontarla en el futuro.

Utiliza frases guías clave para reforzar tu enseñanza. Úsalas frecuentemente. Pégalas en distintos lugares de la casa, para que todos vean el mensaje muchas veces al día (por ejemplo, sobre el lavaplatos o en el espejo del baño).

Elige versículos bíblicos fuertes que lleven el peso de la sabiduría de Dios:

"Aun el muchacho es conocido por sus hechos" (Prov. 20:11).

"¿Has visto a alguien diligente en su trabajo? Se codeará con reyes" (Prov. 22:29, NVJ).

"No hay necio que no inicie un pleito" (Prov. 20:3, NVI).

"Pon tus actos en las manos del Señor y tus planes se realizarán" (Prov. 16:3, DHH).

"La respuesta amable calma el enojo, pero la agresiva echa leña al fuego" (Prov. 15:1, NVI).

"La envidia corroe los huesos" (Prov. 14:30, NVI).

"Hay caminos que al hombre le parecen rectos, pero que acaban por ser caminos de muerte" (Prov. 14:12, NVI).

¿Recuerdas aquellas cosas que tu madre acostumbraba decir? "Aves del mismo plumaje se juntan" era una de las frases favoritas de mi madre. Otra que ha probado su sabiduría a lo largo de los años: "No creas todo lo que oyes, y sólo la mitad de lo que ves". Esto ha evitado que salte a conclusiones en muchas ocasiones. Estoy segura de que tienes un depósito lleno de sabiduría relacionada con los valores, que te ha sido transmitida por tu familia. Utiliza con tus hijos las frases que más te gustan. Si no tienes una selección dentro de ti, busca un libro de dichos en la biblioteca y selecciona unos pocos que te parezcan especialmente apropiados o utiliza algunos de los que sugiero en los capítulos que tratan con valores específicos.

Los **carteles y las láminas** son también valiosos recursos de enseñanza. Busca, en una librería cristiana, pósters que den mensajes relacionados con los valores que quieres enseñar. Cámbialos periódicamente. Haz tus propios carteles pequeños con imágenes de la computadora. O, si tienes talento artístico, dibuja o pinta algunos. Organiza un concurso y permite que tus hijos diseñen algunos pósters en relación con un valor específico.

Cada hogar con niños debería tener una cartelera de buen tamaño en un lugar visible. Los niños pueden exhibir sus trabajos; los padres pueden pegar dichos o refranes relacionados con los valores, listas de trabajos, cuadros para marcar las tareas realizadas, un calendario familiar de eventos, notas de la escuela, etc. Coloca cada mes, en la cartelera, un póster acerca del valor que estás enfatizando ese mes. Usa la cartelera para felicitar a los niños y a los adultos por las decisiones sabias que tomaron.

Los niños mayores y los adolescentes pueden llevar un **diario de valores** en el que escribirán sus decisiones acerca de los valores, o copiarán aquello que les llame la atención acerca de los valores. La familia podría tener un diario de valores en el que registren los momentos especiales en los que un miembro de la familia tomó una decisión difícil relacionada con los valores y cómo resultó ésta. También se puede registrar

en el diario familiar versículos bíblicos preferidos o dichos. El diario se podría organizar en forma cronológica, como la mayoría de los diarios, o podría tener una sección para cada uno de los valores que quieren enseñar, y allí registrar el evento, versículo bíblico o dicho bajo cada valor específico. Esto tiene la ventaja de que cuando un miembro de la familia encuentra algo especialmente apropiado, puede registrarlo bajo ese valor para referencia futura.

3. **Ayuda a los niños a pensar en los valores.** Es muy útil llevar los valores a un nivel consciente, para ayudar a los niños a tomar las decisiones correctas. ¿De qué manera es importante el valor? ¿Cuáles son las consecuencias de ignorarlo? ¿Cuáles son las consecuencias de seguirlo? Hasta los niños de 3 y 4 años pueden ser guiados a pensar acerca de sus acciones. No hay que hacer razonamientos complicados con ellos. Sólo ideas sencillas que puedan captar. Permíteles pensar todo lo que sea posible, con sólo unas pocas sugerencias tuyas para guiarlos en la dirección correcta. Encontrarás más ideas acerca de cómo enseñar a los niños a pensar y a hacer juicios sabios en el capítulo 8.

4. **Adapta tu enseñanza a la edad, la comprensión y el estilo de aprendizaje de tu hijo.** Durante la niñez temprana, los niños están aprendiendo lo que está bien y lo que está mal. Necesitan una enseñanza bien específica, con consecuencias claras por hacer lo que está mal y mucha práctica en hacer lo bueno. Su pensamiento todavía no está maduro, así que los razonamientos deberían ser muy sencillos y claros. Pueden comenzar a aprender valores^ pero con un nombre más simple. Si puedes poner cimientos firmes en cuanto a lo que está bien y lo que está mal en las situaciones que enfrentan, será mucho más fácil la enseñanza durante la niñez tardía.

Durante la niñez tardía (6 a 12 años), los niños enfrentan en la escuela muchos sistemas diferentes de valores. Esto puede producir mucha confusión. Por esta razón, muchas familias hoy enseñan en casa a sus hijos durante los primeros años de la escuela primaria, para poder transmitir más sólidamente los valores antes de que los pequeños enfrenten la multiplicidad de valores de la escuela. Muchos padres eligen una escuela cristiana por esta misma razón. Sin embargo, si ninguna de estas opciones es válida para tus hijos, necesitarán tu ayuda para seleccionar los valores de la escuela.

La niñez tardía es el momento de concentrarse realmente en la

enseñanza de valores de manera seria. Los niños pueden entender mejor de qué se trata. Pueden aprender el vocabulario de los valores. Necesitan ayuda para vivir sus valores. Cada día tendrán que tomar decisiones que involucran valores. Necesitan mucha práctica para tomar decisiones y para aprender cómo manejar la presión de sus pares. Si tus hijos entran en la adolescencia con un fuerte sistema de principios basados en valores sólidos que los guíen en sus decisiones, ellos y tú serán afortunados. Sus años de la adolescencia serán mucho más fáciles.

La adolescencia es el momento de aflojar los lazos emocionales de la familia. Los adolescentes trabajan mucho para desarrollar su propia identidad, y para separarse de mamá y de papá. Para algunos adolescentes, este proceso puede ser muy amenazante, y por eso se alejan mucho para desarrollar su propia identidad, incluyendo su propio sistema de valores. Sin embargo, la mayoría de los adolescentes respeta los valores que han aprendido en la familia. Los padres siguen siendo sus consejeros adultos más confiables, de acuerdo con muchas encuestas entre adolescentes.

Tu trabajo durante los años adolescentes es ayudar a tu adolescente a reelaborar los valores que aprendió anteriormente, de manera que pueda reconocerlos como realmente suyos, no como valores "prestados" por mamá y papá. Tendrá que trabajar todos los por qué y las razones, y lo que éstos significan en la vida real. Con suerte, llegará a la adultez joven con un fuerte sistema de valores cristianos que guiarán su vida.

Adaptarse al momento es muy importante en la enseñanza de valores. Los métodos que funcionan con un niño de 4 años definidamen- te no servirán con un muchachito de 14. Adapta tu enseñanza al estadio de desarrollo de tu hijo.

Los niños también tienen diferentes estilos de aprendizaje. Tu enseñanza de valores será más efectiva si apuntas a esos estilos. Algunos niños aprenden mejor a través del oído (estilo auditivo), otros por medio de la vista (estilo visual) y otros a través del movimiento corporal (estilo kinestésico). Algunos niños quieren ver el cuadro grande primero y luego rellenar con los detalles (global), mientras que otros quieren tener todos los detalles antes de que quieran siquiera considerar el cuadro general (analíticos). Cada uno de estos estilos de aprendizaje sugiere una manera diferente de ayudar a tu hijo a aprender.

Este libro incluye muchas ideas de actividades que enseñan valores para la familia. Elige y selecciona las ideas que te interesan y que podrían interesar a tus hijos. Selecciona las ideas que se adaptan al desarrollo, a la comprensión y al estilo de aprendizaje de tu hijo. Podrías usar algunas para el culto familiar, mientras que otras son buenas actividades para noches en familia. Algunas sirven para tener conversaciones interesantes durante las comidas. Lo más importante de todo, ¡diviértanse mientras enseñas valores!

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Repasa este capítulo y elige actividades que tu familia disfrutará. Considera la etapa de desarrollo de tu hijo, su nivel de comprensión y su estilo de aprendizaje.

Construir niños es mejor que reparar adultos.

I

CLAVES PARA ENSEÑAR VALORES

1. Concéntrate en el valor que quieres enseñar. Aprovecha los momentos importantes.
2. Usa muchas estrategias de enseñanza diferentes: historias, situaciones de la vida real, dramatizaciones, preguntas, escenas para dramatizar, frases guías, dibujos, pósters y láminas, diario de valores.
3. Comienza temprano con tu propaganda. Prepara a tu hijo para el futuro.
4. Ayuda a los niños a pensar acerca de los valores.
5. Adapta tu enseñanza a la edad, el nivel de comprensión y el estilo de aprendizaje de tu hijo.

DIOS

VIVE los valores ENSEÑA los valores **PROTEGE la mente de tu hijo**

DIFERENCIA claramente lo bueno de lo malo DESARROLLA el respeto

propio y la confianza BRINDA muchas oportunidades para ejercitar la tom

de decisione MUESTRA a tu hijo cómo manejar la presión de los pares

HAZ QUE DIOS SEA ALGO REAL

Capítulo 5

Protege la mente de tu hijo

> ***[...] Quiero que seáis sabios para el bien, e ingenuos para el mal*** **(Rom. 16:19).**

Las computadoras me hacen pensar en la mente de un niño: "Entra basura, sale basura", la programación, los virus y la entrada de datos. Los resultados en las mentes de los niños son casi tan fáciles de predecir como las computadoras. Excepto por la tecla para borrar. Excepto que las mentes de los niños son mucho más complejas. A las computadoras hay que decirles qué hacer; son programadas por la mente de alguien, quizá por la mente de tu hijo.

"Entra basura, sale basura" podría ser una buena frase para escribir sobre la frente del niño. Introduce datos buenos y protégelos de la basura. Ambos son cruciales para aprender valores cristianos en un mundo prácticamente lleno de valores "basura". No es de sorprenderse que nuestros niños sean egoístas, desagradables, crueles, codiciosos, desagradecidos. "Entra basura, sale basura".

CÓMO INTRODUCIR VALORES BUENOS

Aun antes de que nazca un bebé, su cerebro está ocupado introduciendo datos de su alrededor. Investigaciones recientes han mostrado que los recién nacidos prefieren escuchar el tipo de música o los programas

de televisión que escuchaban mientras crecían dentro del cuerpo de la madre. Por lo tanto, tu bebé nace con algunas preferencias en cuanto a música o programas de televisión ya incorporadas en su cerebro. ¡Asombroso, cuando uno piensa en ellos! Y alarmante.

Imagina cuán sensible es ese nuevo cerebrito a los estímulos del mundo que lo rodea. Piensa en eso cuando pongas un CD o enciendas el televisor. ¿Qué clase de música quisieras que a él le guste cuando tenga 16 años? ¡Escúchala ahora! Naturalmente, puede haber otras cosas que influirán sobre el tipo de música que le guste a tu hijo cuando tenga 16 años, pero puedes comenzar con un poco de ventaja en este tema de la música. Todos sabemos que ésta es una de las áreas difíciles relacionadas con los valores.

Tu hijo está constantemente recibiendo información de su mundo, información que influirá sobre sus elecciones de valores. Mientras el niño es pequeño, puedes controlar una gran parte de esa información que le llega. Pero más tarde será más difícil de controlar. Puesto que la mente es más sensible a la información nueva cuando el niño es pequeño, los primeros años son los más importantes para introducir buenos valores. Los niños aprenden más durante los primeros tres años que en todo el resto de la vida. Estás en una carrera contra Satanás para llenar la mente de tu hijo. No puedes permitir que él comience primero.

La información que llega a la mente proviene de los sentidos: la vista, el oído, el tacto, el gusto. Así que, cuida qué escucha, ve, prueba y toca tu hijo. Él no está en tus brazos pasivamente, está *aprendiendo* todo lo que ve o escucha. Uena sus sentidos con información positiva. El cuadro que aparece en la página 51 te da algunas ideas de cómo llenar la mente de tu pequeño con valores positivos.

Cuando selecciones actividades para presentarlas en forma positiva, guíate por Filipenses 4:8. Dios nos pide que pensemos en todo lo noble, justo, puro, amable, lo de buen nombre, lo virtuoso, lo digno de alabanza. Si realmente siguiéramos las pautas de Dios, creo que tendríamos que rechazar la mayor parte de los programas de televisión, los vídeos y la música popular, así como también muchos juegos de computadora y juguetes. Simplemente, no llegan a la norma de Dios para lo que debe entrar en el cerebro. ¿Podemos confiar lo suficiente

en él como para seguir su camino? Dios nos hizo. Él sabe cómo funciona nuestro cerebro.

CLAVES PARA ENSEÑAR VALORES

& Decora la habitación de tu hijo con influencias espirituales: un cuadro de jesús y niños, niños orando, objetos de la naturaleza.

$ Léele o cuéntale historias bíblicas todos los días.

& Hablen acerca de Jesús, conecta tu amor al amor de Jesús en la mente del niño, abrazando a tu hijo cada vez que hables del amor de Jesús.

O Lean todos los días libros de historias que presenten valores cristianos.

O Escuchen casetes o Cd con cantos que edifiquen el carácter.

O Compra juguetes que enseñen valores cristianos.

O Enséñale versículos bíblicos usando muchos sentidos: repre senten el versículo por medio de pantomimas, dibújenlo, cántenlo, coloreen una lámina relacionada con el versículo, escríbanlo en la arena, hagan un móvil, actúenlo.

& Ora con tus hijos todos los días.

& Llenen el día santo de Dios con actividades en familia que en señen valores cristianos, de manera que tus hijos esperen con ansias ese día que pasarán juntos.

O Pega versículos bíblicos o dichos en lugares estratégicos de la casa.

O Aprendan más acerca de la naturaleza -el otro libro de Dios- y de los valores que Dios quiere enseñarnos por medio de su creación.

PROTEGE LA MENTE DE TU HIJO

Seguramente has oído el antiguo relato del camello y el beduino viajero. La arena volaba furiosamente en el desierto. El camello, al enfrentar la tormenta fuera de la tienda de su dueño, rogó misericordia.

–Por favor, deja que tan sólo meta mi nariz dentro de la tienda.

Después de muchas súplicas, el dueño finalmente asintió. Pero, pronto el camello quería meter los ojos dentro de la tienda, luego las orejas, la cabeza, sus patas delanteras. Ustedes conocen la historia. Después de un rato, todo el camello estaba metido dentro de la tienda y no había lugar para el amo beduino.

Satanás obra de la misma manera. Trabaja de maneras sutiles para introducir el mal en las tnentes de nuestros hijos. La mayor parte del tiempo no nos damos cuenta de lo que está haciendo.

La desensibilización es una manera poderosa de introducir todo el camello sin que nos demos cuenta de lo que ha sucedido. En realidad, es una herramienta sencilla utilizada a menudo por los psicólogos para ayudar a las personas con temores extremos y fobias. La desensibilización funciona sobre el principio de que una persona no puede estar relajada y tensa al mismo tiempo, y que, cuando está relajada, la persona está más abierta a cambios de actitudes y sentimientos.

La televisión es el medio perfecto para utilizar la desensibilización. Los centenares de movimientos lineares rápidos que parpadean en la pantalla crean una sobrecarga para el cerebro. El cerebro, para protegerse, cambia su forma de pensar a un estado de mayor relajación (ondas alfa). En los niños, esto ocurre generalmente en treinta segundos o menos; en los adultos, entre los dos y los diez minutos. Por supuesto, ésa es la razón por la cual miramos televisión, para relajarnos después de un largo día de duro trabajo. Funciona muy bien.

Sin embargo, en este estado de mayor relajación el cerebro toma la información de manera acrítica, sin pensar como lo haría si estuviera funcionando usando las ondas beta (estado racional, de alerta). Es la situación perfecta para la desensibilización. Un estado de relajación, un flujo de entrada en el cerebro sin discriminación. Una manera fácil de cambiar las actitudes de la persona.

Por lo menos, dos tercios de la programación televisiva apela al lado derecho de nuestro cerebro. El hemisferio cerebral derecho se especializa

sentimientos, actitudes, música, imágenes visuales, una visión global y «nía comunicación no verbal. El hemisferio izquierdo se especializa en el lenguaje y el pensamiento lógico, y en analizar las partes.

Los mensajes de la televisión son fundamentalmente visuales. En nuestro estado de relajación, los tomamos sin reservas en nuestro hemisferio cerebral derecho. Pronto nuestras actitudes han cambiado y no somos conscientes de los cambios. Gradualmente, nuestros valores cambian para conformarse con lo que vemos día tras día.

Los niños menores de 7 u 8 años también tienden a pensar que la televisión es la vida real. Juzgan lo que ocurre en la vida real por lo que «en en la televisión. En la iglesia, los niños corregirán una historia bíblica diciendo: “Eso no es así. Yo lo vi en el vídeo”. Forman sus ideas acerca de la vida de lo que ven en la televisión o en los vídeos.

Los niños mayores y los adolescentes no hacen esto de la misma manera, pero son influenciados por las imágenes de la televisión mucho más de lo que nos damos cuenta. Cuando la televisión presenta la adolescencia como una prolongada orgía sexual, los adolescentes llegan a pensar que ésa es la manera en que debería ser. De alguna manera son anormales si no ocurre eso con ellos. Quieren la ropa, la comida y las bebidas que ven en la pantalla. Sus valores están fuertemente influenciados por lo que ven.

En general, los mensajes de los medios en relación con los valores contradicen la Palabra de Dios. Nuestros hijos y nosotros aceptamos los mensajes sin discriminarlos, hasta que llegamos a creer que son correctos. Revisa de qué manera los mensajes de los medios han influenciado en tu familia con el cuadro de “Mensajes en relación con los valores” que aparece en la página siguiente.

Puesto que la televisión es la cultura popular de nuestros días, debemos supervisar constantemente lo que vemos. Debemos comparar los valores que vemos en la televisión con nuestra fe cristiana, separando lo positivo de lo negativo. Debemos seguir revisando nuestros valores familiares de manera intencional. Ora para que Dios ilumine tu mente y haga sonar una campana interior, si lo deseas, para alertarte.

Los mensajes de los medios en relación con los valores no están limitados a la televisión. Sigue preguntándote: *¿Qué valores está*

REVISIÓN DE LOS MENSAJES EN RELACIÓN CON LOS VALORES

Mensajes de los medios	Mensajes de Dios
Haz lo que quieras, lo malo es que te atrapen.	Haz lo correcto, aunque nadie se entere.
La felicidad es tener mucho dinero, ropa hermosa, casas, autos, y otras cosas. Todo lo que quieras. Te lo mereces.	La felicidad es confiar en Dios. Dios es nuestra fuente de felicidad. Nuestro tesoro está en los cielos.
El consumismo es una forma de vida aceptable.	El discipulado exige renuncia y una vida humilde. Nuestro dinero nos es confiado a fin de que lo usemos para ayudar a los demás.
Cualquier problema puede resolverse en treinta minutos, a menudo con violencia o sexo.	Para resolver los problemas a la manera de Dios, se requiere tiempo y paciencia. Es importante la serenidad y el respeto hacia los demás.
Las personas son objetos sexuales, usados para satisfacer mis deseos personales.	La sexualidad es un don de Dios, que viene junto con responsabilidades. Las personas nunca son "cosas". Son creación de Dios, hechas a su imagen, para ser respetadas y amadas.
Los niños son más inteligentes que ios adultos. Ellos les dicen a los adultos qué hacer y solucionan mejor los problemas.	Dios ha provisto padres para que guíen a los niños. Ellos tienen más experiencia. Los niños deben respetar a sus padres.
Lo más importante es ganar. Ganar a cualquier costo.	Lo más importante es jugar bien al juego de la vida. To-

Continúa *•;

■

(continuación)

	dos pueden ser ganadores a la vista de Dios.
El poder y el control sobre las personas me conseguirá lo que quiero. Algunas personas son más importantes que otras.	A (a vista de Dios todas las personas son igualmente importantes, y deben ser tratadas con respeto y dignidad.
Merezco tener lo que quiero en este mismo momento. Esperar es demasiado difícil.	La paciencia y la resistencia son claves para la vida cristiana. El camino de Dios es negar el yo.
El alcohol y las drogas solucionan mis problemas y me hacen sentir mejor. Las personas inteligentes beben y fuman.	Tu cuerpo es templo del Espíritu Santo. El alcohol y las drogas destruyen tus líneas de comunicación con Dios.
La religión es un perjuicio para vivir la buena vida. Sólo las personas simples creen en Dios.	Dios creó a los seres humanos para que estén en relación con él. Somos completos sólo en él.
La honestidad es sólo para tontos. No se puede hacer negocios sobre la base de una honestidad estricta. Es mejor tapar lo que uno no quiere que los otros sepan.	La honestidad es el único camino. Toda mi vida está abierta a los ojos de Dios. La honestidad y la sinceridad son los fundamentos para la confianza.
El mundo del ocultismo espiritual es fascinante y de ayuda para los seres humanos.	El ocultismo es el engaño del diablo para los seres humanos. Dios envía a su Espíritu Santo para guiar a sus seguidores por el camino correcto.

aprendiendo mi hip de esta actividad? ¿Son valores cristianos o son valores seculares del mundo? Hazte esta pregunta con cada juguete, juego de computadora, libro, revista, video, programa de televisión, juego, película, lámina, Cd o casete que estén considerando traer a tu hogar. Evalúa todo.

Recientemente estábamos cuidando, en nuestra iglesia, a unos cincuenta niños de entre 2 y 4 años de edad, durante algunas reuniones nocturnas para adultos. Generalmente, les presentábamos un programa activo con cantos y actividades de aprendizaje. Una noche los tuvimos durante tres horas, así que ocupamos parte del tiempo mostrándoles un vídeo bíblico sencillo. Algunos de los niños estaban totalmente hipnotizados por el vídeo, mientras que otros preferían jugar con los juguetes que había en la sala y apenas le dieron una mirada al televisor. Los maestros notaron que los niños que estaban pegados al televisor eran los mismos que no podían jugar realmente con los juguetes. Sólo corrían por la sala, pero no jugaban realmente con los juguetes. También tenían dificultades para hacer actividades imaginativas, como hacer de cuenta que estaban lavando los platos o manejando un auto. Los niños que no estaban interesados en el vídeo (es razonable pensar que probablemente no veían mucha televisión en sus casas) podían jugar fácilmente a juegos imaginativos y les encantaba jugar con los juguetes.

La televisión les roba a los niños la creatividad y la imaginación. No es de sorprenderse, entonces, que los niños actúen como aburridos con la vida. Les hemos robado sus recursos internos.

Un par de veces por año, doy una vuelta por los pasillos de una juguetería muy grande para ver qué están vendiendo los fabricantes de juguetes. Siempre me impresiona la cantidad de juguetes que enseñan valores contrarios a la Palabra de Dios. Muchas góndolas están llenas hasta el techo de juguetes que se centran en la violencia, en el ocultismo, en los monstruos y los seres extraterrestres. Otras góndolas contienen juguetes que promueven un estilo de vida centrado en uno mismo y en la búsqueda de placeres. La belleza personal y la ropa lo es todo. ¿Son éstos los valores que queremos que nuestros hijos aprendan?

¿Tiene el monstruo mediático a tu familia en su puño? ¿Qué puedes hacer para domar este monstruo?

Sin la adicción de tu familia a los medios, descubrirás un mundo

CÓMO DOMAR AL MONSTRUO MEDIÁTICO

O Decide cuánto tiempo de tu vida quieres darle al monstruo. (Esto incluye la televisión, la música popular, los juegos de computadora, Internet, el periódico, los libros, las revistas, etc.)

O Evalúa los programas de televisión que miras, la música que escuchas, los juegos de computadora o los sitios de Internet por los que navegas. Compara los valores de cada área con los valores de Dios. Pregúntate: ¿Qué valores están aprendiendo mis hijos de esta actividad?

& Desarrolla un criterio familiar para lo que miran, escuchan y leen. Haz esto con tus hijos. Permite que todos contribuyan. Tómate tu tiempo, quizá varias semanas, para elaborar los criterios.

O Fija los criterios de lo que la familia va a mirar, escuchar y leer, en lugares visibles, como arriba del televisor, de la computadora, en el equipo de música y en los estantes de la biblioteca.

O Fija una lista de ¡deas alternativas. Agrega nuevas ideas cada semana. Ayuda a tus hijos a que contribuyan a esta lista de ideas. Prueba, por lo menos, una nueva actividad cada semana, o más a menudo, si es posible.

O Idea algún sistema para disminuir el tiempo en que miran televisión. Evalúa los programas y asígnales un puntaje. Dale a cada niño cupones semanales. Asigna más puntos a los programas menos deseables. Al final de la semana, cambia los cupones que no usaron por dinero, premios o privilegios.

O Aumenta el tiempo de actividades en familia. Planea momentos para hacer cosas juntos. Durante estos momentos en familia, no hagan actividades relacionadas con los medios.

& Tengan, por lo menos, un día por semana "sin televisión", que incluya a los adultos y a los niños.

I

■ **4.**
(Continuación)

O Si todo lo demás falla y tu familia sigue adicta al monstruo mediático, haz desaparecer el televisor (guárdalo en el altillo) hasta que conquisten la adicción. Cancela tu suscripción al cable y a Internet. Observa lo que ocurre. Dale tiempo a tu familia para descubrir la vida sin los medios. ¡Puede gustarles!

totalmente nuevo allá afuera. Un mundo que puede incluir juegos de pelota, leer un libro juntos, andar en patineta, construir cosas con ladrillos o Legos, aprender a hacer música juntos, ayudar a un vecino, jugar a las bolitas, escribir una carta, hacer manualidades, andar en bicicleta, caminar, armar rompecabezas, jugar a los anagramas, sacar fotos, andar a caballo, pintar con los dedos, hacer una piñata, coleccionar estampillas o tarjetas, patinar, cultivar plantas, reunirse con algún amigo, escribir y montar una obra, memorizar los nombres de las países y sus capitales, aprender acerca de Rusia y Mongolia, hacer y remontar un barrilete (cometa), hacer aeromodelismo, comenzar un periódico barrial, saltar a la soga, hacer libros creativos de recortes con las fotos familiares, acampar, observar las estrellas a la noche... la lista es infinita.

Protege la mente de tu hijo. “Si entra basura, sale basura”. ¡La mente es demasiado valiosa como para llenarla con basura!

ACTIVIDADES EN FAMILIA

La Palabra de Dios: Lean juntos Filipenses 4:7 y 8. Luego busquen cada palabra y analícenla más profundamente. Busquen figuras o ejemplos de cada palabra. Hablen de lo que significa. Usa la palabra durante la semana, hasta que todos la utilicen. La semana próxima piensen en la siguiente palabra.

Criterios en relación con los medios: Desarrollen criterios familiares en relación con los medios: mirar televisión, Internet, lectura y música. Ataquen un área por vez. Háganlo lentamente. Escucha las ideas de tus hijos. Ofréceles las tuyas. Consulten la Palabra de Dios en busca de principios guiadores. Decidan juntos. Escribe e imprime los

criterios en forma prolija (o haz un cartel en la computadora) y fíjalos en lugares bien visibles.

Elijan lo que verán en la televisión: Una vez por semana mira la lista de programas de televisión que se emitirán. Decidan, como familia, cuáles quieren mirar. Pega la lista sobre el televisor.

Diálogo: Mira uno de los programas preseleccionados con tus hijos. Hablen de lo que están viendo. Céntrate en los valores. Gradualmente, tus hijos comenzarán a pensar y evaluar. Permite que tus hijos miren televisión solos sólo en raras ocasiones. Necesitas ver lo que están mirando, para poder dialogar sobre ello.

Actividad en familia: Hagan juntos una actividad en familia, por lo menos una vez por semana, en lugar de mirar televisión o realizar juegos de computadora. Planifica anticipadamente, para tener listos los materiales necesarios. Anima a los niños a elegir una actividad de la lista o que sugieran otras actividades. Ver la lista que aparece antes.

Torbellino de ideas de actividades: Desarrollen, como familia, una lista de actividades que les gustaría hacer juntos. Péguenlas en la cartelera familiar. Hagan una lista de las actividades que los niños pueden hacer por sí mismos. Pega esa lista sobre el televisor y la computadora. Cuando los niños miran mucha televisión, su creatividad a menudo se atrofia. Llevará tiempo que ellos aprendan a ser creativos. No te des por vencido. Sigue tentándolos a probar una cosa más.

Los ojos y *los oídos son los maestros del alma.*

Tu mente es tu posesión más valiosa. Invierte en ella con cuidado.

■

CLAVES PARA PROTEGER LA MENTE DE TUS HIJOS

1. Utiliza toda oportunidad disponible para llenar la mente de tu hijo con valores buenos.
2. Limita su exposición a valores seculares, especialmente los de los medios.
3. Decide cuál será el criterio familiar con respecto a la televisión. Pégalo sobre el televisor.
4. Desarrolla criterios para otras áreas de los medios: la música, la lectura, los juegos de computadora, para navegar por Internet, para los vídeos, las películas, etc. Pégalos en lugares bien visibles.
5. Disminuye el tiempo que pasan con los medios. Aumenta el tiempo de actividades en familia.
6. Miren juntos los programas de televisión, como familia. Dialoguen acerca de lo que están viendo, centrándose en los valores.
7. Fija una lista de actividades alternativas, individuales y familiares.
8. No dejes de preguntarte: ¿Qué valores está aprendiendo mi hijo de esta actividad? Actúa para eliminar las actividades con valores negativos.
9. Selecciona juegos y juguetes que enseñen valores cristianos.

DIOS

VIVE los valores ENSEÑA los valores PROTEGE la mente de tu hijo

DIFERENCIA claramente lo bueno de lo malo

DESARROLLA el respeto propio y la confianza BRINDA muchas oportunidades

para ejercitar la toma de decisiones MUESTRA a tu hijo cómo manejar la

presión de los pares

HAZ QUE DIOS SEA ALGO REAL

Capítulo 6

Diferencia claramente lo bueno de lo malo

> ***Hay camino que al hombre le parece derecho; pero su fin es camino de muerte*** **(Prov. 14:12).**

Especialmente en la actualidad, los niños necesitan mensajes valorativos claros acerca de lo que está bien y de lo que está mal, porque d mundo, en la puerta de su casa, cree que cualquier conducta está toen. A veces es difícil determinar lo que es bueno. La línea entre lo bueno y lo malo puede tornarse muy borrosa, especialmente si lo que ha entrado en el cerebro de una persona ha incluido una sobredosis de valores seculares.

¿Cómo sabemos qué es bueno o malo? Necesitamos tenerlo claro en nuestra mente antes de que podamos enseñárselo a nuestros hijos. Es el momento de pensar seriamente:

a. ¿Cuál es la fuente de tus valores? ¿Quién dice qué es bueno o es malo?

b. ¿Por qué es bueno o malo? ¿Es un tema de gusto o preferencias, o es un tema moral/religioso?

Ve a la fuente más confiable para los cristianos, la Palabra de Dios. Dios ha dado pautas muy claras para muchos temas. Revisa Exodo 20:3 al 17: Haz esto, no hagas lo otro. Bastante claro. Luego Jesús redujo todo eso a sólo dos reglas: Ama a Dios y ama a las personas

(MaL 22:34-40). 1 Corintios 13 describe cómo amar. Mateo 5 al 7, Romanos 12 y el libro de Proverbios amplían cómo quiere Dios que vivamos y proveen más detalles acerca de lo que es bueno o malo.

Aun con toda esta guía de las Escrituras, hay momentos en los que realmente nos preguntamos qué es lo correcto. El mundo de hoy nos arroja a decisiones relacionadas con los valores que los escritores de la antigüedad nunca imaginaron. Cuando nuestros hijos se hacen adolescentes, estos temas parecen volverse especialmente confusos.

Vuelve a la Biblia, busca un principio que se aplique hoy y ora pidiendo una mente perspicaz. Yo creo que Dios siempre responde esa oración. Pero prepárate para respuestas que pueden ser un poco incómodas, fuera de tono con el mundo que te rodea. Los valores de Dios pueden parecer drásticamente diferentes. Pueden arrojarte a una confusión, pueden hacerte luchar con la obediencia. Pero, si estás dispuesto a vivir de acuerdo con la respuesta de Dios, él la mostrará claramente. La clave para destrabar la sabiduría de Dios para los problemas de hoy es la disposición.

CÓMO SE DESARROLLAN MORALMENTE LOS NIÑOS

Los niños entienden lo que está bien o mal en forma bastante diferente, dependiendo de su edad y su estadio de pensamiento moral. Los bebés, los deambuladores y los niños de 2 años están aprendiendo que algunas cosas son "no-no" basados en las reacciones de sus padres. Están formando un depósito mental de lo que pueden hacer y de lo que no pueden hacer. Para cuando llegan a los 3 años, la mayoría de los pequeños ya son seres morales. Saben que algunas cosas están bien y que otras están mal. Los comienzos de la conciencia están en su lugar, y se sienten culpables cuando hacen algo que han aprendido que está mal.

En este punto, los niños están avanzando hacia la primera etapa del pensamiento moral. Las siguientes descripciones de los estadios provienen de las investigaciones de Lawrence Kohlberg, William Da- mon, Thomas Lickona, Robert Selman y muchos otros. También he incluido algunas ideas espigadas de mis propias investigaciones acerca de cómo desarrollan su comprensión de la salvación los niños de familias cristianas. El cuadro de la página 66 resume cómo piensan los niños en cuanto a lo bueno y lo malo, y qué puedes hacer para ayudar a

niños a madurar en su pensamiento moral.

El Sr. Tres años y la Srta. Cuatro muestran un pensamiento muy «gocéntrico en relación con lo bueno y lo malo: lo correcto es conseguir lo que ellos quieren. La verdadera razón para ser bueno es obtener las recompensas y evitar los castigos. Tienden a pensar acerca de Dios en estos mismos términos: él los castigará por hacer algo malo o los recompensará por hacer lo correcto. Están en el estadio 0 del pensamiento moral.

La Srta. Cinco y el Sr. Seis años generalmente han avanzado al estadio 1. Generalmente hacen lo que se les dice. Quieren evitar los problemas, porque todavía respetan la autoridad adulta. Su conciencia, basada en las recompensas y los castigos que han experimentado, todavía está en sus etapas formativas. En este momento están aprendiendo muchos Sí y No basados en reglas simples de la conducta.

Durante los primeros años de la escuela básica, los niños están generalmente en el estadio 2 del pensamiento moral. El interés propio reina supremo. "¿Qué hay en esto para mí?" es la primera pregunta que surge. Tengo que ocuparme de mí mismo, pero necesito ser justo con los que son justos conmigo, una suerte de razonamiento "uno por otro". Se meten en bastantes peleas porque piensan que todo debe ser "devuelto". Su grito de batalla es: "¡No es justo!" Pueden recurrir a hacer las cosas en forma solapada si no obtienen lo que consideran justo.

Durante este estadio, los niños pueden ser bastante malos con otras personas. Han perdido el miedo a lá- autoridad adulta y piensan que los adultos no deberían mandar a los niños. A menudo son insensibles a los sentimientos de los demás.

El crecimiento hacia la siguiente etapa del pensamiento moral no es automático. Algunos adultos todavía usan el nivel 2 para sus ideas acerca de lo bueno y lo malo. Nunca han superado este acercamiento egocéntrico a la moralidad. Puedes ayudar a tus hijos a crecer, desafiando su pensamiento y modelando la siguiente etapa.

Cuando los niños están en los grados medios o altos de la enseñanza primaria, deberían avanzar hacia el tercer nivel del pensamiento moral. Este estadio es un gran paso hacia adelante. Todas las etapas anteriores eran muy egocéntricas. Ahora los niños están comenzando a mirar hacia afuera y a pensar más en lo que los otros piensan de ellos.

■

CÓMO PIENSAN LOS NIÑOS ACERCA DE LO BUENO Y LO MALO

Edad y estadio	Pensamiento del niño	Cómo ayudar al niño a crecer
• Del nacimiento a los 3 años • Estadio Premoral	• Aprende los Sí y los No. • Para los 2 años, ac túa en forma culpa ble cuando hace una "mala" acción. • Piensa en actos, no en razonamientos. • Comienza la con ciencia. • Está convirtiéndose en una persona mo ral.	• Establece un víncu lo muy fuerte con el niño. Dale mucho amor. Relaciona tu amor con el amor de Jesús. • Enseña "sis" y "noes" específicos. • Usa consecuencias para enseñar los noes. • Sé muy consecuen te. • Permítele hacer elecciones sencillas.
• 3 a 4 años • Estadio 0 • Yo primero	• Quiero las cosas a mi manera. • Lo que yo quiero es bueno. • Sé bueno para evi tar castigos. • Sé bueno para con seguir recompen sas. • Comienzo de la conciencia.	• Usa recompensas y castigos para ense ñar acciones correc tas. • Construye el funda mento de los Sí y los No. • Aumenta la canti dad de elecciones. • Sé muy consecuen te. , • Dale razones senci- llas para las accio- nes correctas. • Céntrate en el amor de Jesús. • No hagas depender tu amor de las "buenas" acciones;

■dad y estadio	Pensamiento del niño	Cómo ayudar al niño a crecer
• 5 a 6 años • Estadio 1 • Evitar los problemas	• Hago lo que me dicen. Así no me meto en problemas. • Respetar a los adultos. • Conciencia basada en recompensas y	• Ayudar al niño a pensar en los sentimientos de los demás. • Centrarse en el amor de Dios y en su ayuda para la vida diaria. • Enseñar reglas sencillas para la conducta. • Ser consecuente con las recompensas y los castigos. • Enseñar razones simples para las reglas. • Enfatizar cómo se sienten los otros.
• Primeros años de la escuela primaria hasta los años medios • Estadio 2 • Ser justo	• ¿Qué hay en esto para mí? Tengo que cuidarme, ser justo con las personas que son justas conmigo. • Está bien actuar en forma solapada. • Tengo que devolver todo lo que me hacen. • Los adultos no debieran "mandonear" a los niños. • No importa cómo se sienten los demás. Tienen lo que se merecen.	• Para obtener su cooperación, usa su razonamiento: yo hice esto por ti, así que deberías hacer esto por mí. • Enseña valores religiosos que apelen al amor. • Relaciona el amor de Dios con tu amor. • Sé un modelo de acciones

•I

idad y estadio	Pensamiento del niño	Cómo ayudar al niño a crecer
	• Piensa que Dios no es siempre justo. • Conciencia basada en reglas externas.	• Cultiva una relación de amor con el niño, de manera que se preocupe por tus expectativas.
• Mitad/últimos años de la escuela primaria y primeros de la escuela intermedia o secundaria • Estadio 3	• Quiero ser bueno para que los demás piensen bien de mí y yo me sienta bien conmigo mismo. • Voy a vivir de acuerdo con las expectativas de las personas importantes y de Dios. • Puedo pensar en cómo se sienten los otros, puedo ser perdonador y puedo tener en cuenta sus motivos. • Verdadera conciencia, pero está dirigida tanto interior como exteriormente.	• Fomentar una fuerte vida e identidad familiar. • Fortalecer la relación con el niño. • Fomentar el sentido de respeto propio del niño. • Enfatizar el aprendizaje de valores cristianos. • Promover el pensamiento independiente. • Descubrir juntos los principios de Dios que están detrás de las reglas. • Equilibrar el amor y el control.
• Últimos años de educación secundaria hasta el nivel	• Me siento responsable para con mis amigos, mi equipo, mi familia, mi iglesia mi	• Alentar tas acciones responsables que demuestran un credo cristiano y una

i Edad y estadio	Pensamiento del niño	Cómo ayudar al niño a crecer
1 «Nivel 4 ! • Ser responsable	• Quiero ser leal y cumplir con mis obligaciones. • Desarrollo de un credo personal, una filosofía de vida y una conciencia independiente basada en el respeto propio y en la voluntad de Dios para mf y para los demás. • Estar disponible para discutir temas controversiales.	• Respetar la creciente conciencia independiente del hijo basada en la voluntad de Dios. • Avanzar hacia una relación de adulto a adulto basada en el respeto mutuo y en el amor. • Alentar el pensamiento independiente en relación con temas contro-

Generalmente piensan que deberían ser buenas personas y vivir de acuerdo con las expectativas de las personas que conocen y en las cuales se interesan (padres, amigos, docentes). Quieren ser buenos para que otros piensen bien de ellos, y ellos se sentirán mejor con ellos mismos.

Su versión de la regla de oro guía su conducta: Trata bien a los demás para que ellos te traten bien. Están comenzando a pensar en lo que los otros necesitan y son bastante capaces de buenas obras cuando se colocan en los zapatos de la otra persona. Son más perdonadores y flexibles. (¡Suspiro de alivio! ¡Pensaste que nunca llegarían a este punto!)

Los niños tienen ahora una conciencia verdadera, pero está dirigida tanto interior como exterior mente. Tienen normas internas, pero dependen de otros para decidir cuáles deberían ser esas normas. La conciencia verdaderamente autónoma, guiada por principios incorporados, todavía está en el futuro.

La mayoría de los niños está en el estadio 3 del pensamiento moral durante una cantidad de años, probablemente hasta la primera adolescencia o hasta la adolescencia media. Muchos nunca van más allá de

este estadio y dependerán siempre de lo que otras personas piensen para tomar sus decisiones acerca de lo bueno y lo malo. Puedes ayudarlos a avanzar hacia un pensamiento más independiente siguiendo las sugerencias del cuadro.

Estos años son extremadamente importantes para aprender la diferencia entre lo bueno y lo malo. Establecerán la tónica para la adolescencia y más allá todavía; edifican sobre lo que lograron anteriormente. Constituyen el puente entre la niñez y la adolescencia. Nunca le darás demasiado tiempo o pensamientos al sentido que tiene el niño de lo bueno y lo malo durante estos años.

A medida que tu adolescente avance hacia los últimos años de la educación secundaria y de la adolescencia, también debería estar madurando hacia un pensamiento de nivel 4. La presión de los pares disminuirá, porque él no es tan dependiente de los que los otros piensan. Comenzará a pensar mucho más en sus responsabilidades. Quiere ser alguien que cumple con sus obligaciones dentro del sistema. Si carece de este necesario sentido de pertenencia a un sistema social o valorati- vo, será vulnerable a la influencia de las sectas u otros grupos marginales que ofrecen el poderoso sentimiento de pertenencia.

Tu adolescente está listo para pensar seriamente en los valores y en cómo sus valores personales afectan a otros. Puede entender preguntas tales como: "¿Qué pasaría si todos lo hicieran?" Necesita ayuda para desarrollar una conciencia independiente basada en el respeto propio y en la comprensión de la voluntad de Dios para su vida y para las vidas de los que lo rodean. Necesita desarrollar una filosofía de vida personal de acuerdo con la cual vivir, un credo que lo guíe en el futuro, con valores firmemente arraigados y fundamentados en la Palabra de Dios.

Los adultos que están en el nivel 4 generalmente son considerados como "buenos" ciudadanos y "buenos" miembros de iglesia. Hacen su parte para que las cosas funcionen y tienen un sentido de responsabilidad hacia el grupo. Son leales. No cuestionan demasiado el statu quo y no se los conoce por sus ideas no conformistas e independientes. Creen en la Palabra de Dios y siguen voluntariamente la dirección de su líder espiritual.

Hay un estadio más del pensamiento moral generalmente aceptado, el quinto estadio, que entra en acción en los años de la vida universitaria

de jóvenes adultos. La mayoría de las personas nunca alcanza este ni- de pensamiento independiente. De acuerdo con las investigaciones, individuos que están en el quinto nivel tienen una conciencia verdade- nente autónoma, construida sobre el principio del respeto y cuidado *por* todos los seres humanos. Son pensadores muy independientes, que cuestionan el statu quo y se esfuerzan por hacer juicios cuidadosos, bien pensados, con respecto a todos los temas morales controversiales que «frentan. La educación en el nivel terciario o universitario tiende a alentar este tipo de pensamiento.

En el contexto cristiano, estas personas evalúan cuidadosamente cada tema según los principios de la Palabra de Dios y no temen tomar oía decisión independiente, impopular. Están menos preocupados respecto del grupo que respecto de la "verdad" o la "decisión correcta". Esto no significa que sean miembros que no cooperan o contribuyen dentro del grupo de la iglesia, sino que no son seguidores incondicionales de un líder religioso. Necesitan pensar las cosas por sí mismos.

REGLAS Y PRINCIPIOS

-¡Katy, no le pegues a tu hermano! Eso le duele.

-¡Juan, no tires tu comida al piso!

-¡Diana, acaricia con cuidado al gatito!

Los niños comienzan a aprender acerca de lo bueno y lo malo a partir de los Sí y los No específicos que sus padres refuerzan en la infancia temprana. Durante estos años, parecen ser pequeños legalistas, preocupados sólo por las reglas. No existen circunstancias atenuantes que podrían cambiar la regla o la consecuencia. La gracia es una idea abstracta, que está de alguna manera más allá de ellos. Están centrados en lo que pueden ver y manejar.

Sin embargo, este focalizarse en las reglas tiene un lado positivo. Éste es el momento de enseñarles tipos de conductas bien específicas para que puedan aprender a vivir los valores cristianos, aunque todavía no puedan articular estos valores con su razón o su fuente. Están aprendiendo a vivir de la manera "correcta". Más tarde aprenderán las razones.

Las reglas también proveen una base para entender la gracia. Sin la Ley de Dios, no habría necesidad de la gracia. Cuando desobedecemos,

entra el poder de la gracia para salvarnos de nuestros pecados. Jesús dice: “Te amo. Morí para salvarte de tu desobediencia. Morí para renovar tu relación con Dios el Padre”. Nuestros hijos necesitan entender la gracia de Dios tan pronto como puedan captar estas ideas.

Una de tus reglas podría ser: No lastimes a las personas. Los niños pequeños entienden mejor las reglas que dicen lo que no hay que hacer. Hay un principio (razón) detrás de esa regla. Dios quiere que tratemos a las personas con respeto y amor porque cada persona es importante para él. Dios ama a todos. Jesús murió para salvar a cada persona en el mundo. Puedes comenzar a enseñar esa regla –sin la explicación– desde que los niños tienen 2 ó 3 años. Insiste en la obediencia a la regla y provee algunas consecuencias que a tu hijo le desagraden cuando desobedezca la regla.

Para cuando tienen 3 ó 4 años, los niños pueden entender razones sencillas para la regla: “Le duele a Lizie cuando le pegas. Jesús quiere que seas bueno con tu hermana”. “Lizie se siente bien cuando la abrazas”. “Vamos a darle el biberón al bebé. Amamos a nuestro bebé y Jesús también ama a nuestro bebé”.

María probablemente tendrá 10 ó 12 años antes de que comience a entender las razones más abstractas para la regla “No lastimes a las personas”. Aun entonces, su comprensión no será completa. Respetar a las personas, como Dios lo hace, significa amarlas como él las ama. Aprender eso lleva toda una vida. Ésta es una regla para toda tu vida; sin embargo, es suficientemente sencilla como para que los niños pequeños puedan entenderla y practicarla.

Piensa cuidadosamente las reglas que les enseñas a tus hijos. Ten tan sólo unas pocas reglas, bien pensadas, que expresen los valores que quieres que ellos aprendan. Si haces cumplir esas reglas en forma consecuente, estarás ayudando a tus hijos a aprender los valores cristianos en los que crees.

ENSEÑANZA DE LÍMITES

“Vanesa, recuerda nuestra regla: primero el estudio, luego el juego”. “Josué, puedes ir en tu bicicleta hasta la esquina y volver. Quédate en la vereda”. Los límites forman cercos dentro de los cuales los niños se sienten seguros y amados. Los límites también pueden sentirse como

algo asfixiante y opresivo. La diferencia está en cómo fijas los límites.

Establece límites apropiados. Cuando fijas límites, pregúntate:

- ¿Es necesario?
- ¿Es razonable?
- ¿Está bien para la edad de mi hijo?
- ¿Lo puedo hacer cumplir?

Si todas las respuestas son sí, adelante. El límite contribuirá al crecimiento personal de tu hijo. Si aunque sea una de las respuestas es no, DETENTE.

Haz cumplir el límite fijado.

Cuando hagas cumplir los límites:

Sé claro. Tu hijo necesita entender el límite y sus razones.

Sé predecible. No pases por alto las cosas un día y castigues al dé siguiente. Tu hijo necesita ser capaz de depender de tus límites. Si **no,** lo confundirás.

Muéstrate seguro y firme. Tu hijo necesita saber quién está a cargo.

Muestra amor. El amor es la llave al corazón de tu hijo. Sí, puedes ser amante y firme. Estas cosas no son contradictorias.

Sé razonable. Puede ser apropiada una excepción.

EL TEMPERAMENTO Y LOS LÍMITES

Tu meta es la internalización de los valores, valores que tu hijo adopte como suyos propios, no valores impuestos por ti. Esto es un poco complicado, pero definidamente posible.

Una clave importante para la internalización de valores es algo llamado "excitación o despertar emocional". Tu hijo necesita experimentar la cantidad correcta de excitación para que tu mensaje sea internalizado de manera que piense que es su propio valor. Demasiada excitación produce resentimiento, y se pierde el mensaje. Muy poca excitación, y el mensaje es ignorado.

Debes darles a tus mensajes en relación con los valores suficiente importancia como para que tu hijo se sienta un poco incómodo con la forma en que está actuando, y piense: *¡Oh! Papá piensa que esto es* muy *importante. Quizá sea mejor que preste atención.*

Aquí es donde entra en juego el temperamento de tu hijo. Algunos

niños son muy sensibles a tus mensajes. Probablemente puedes mirar a los ojos a ese niño, expresar claramente tu mensaje con un poco de énfasis, y él recordará e internalizará el mensaje. Sentirá que es importante para ti y, por lo tanto, que es importante para él. Si gritas y castigas con severidad, probablemente eso será más de lo necesario para su naturaleza sensible. Se revolcará en el lodo de sus sentimientos de resentimiento y nunca aprenderá el mensaje que estás tratando de enseñar. En lugar de ello, recordará el incidente con enojo.

Otros niños necesitan un mensaje mucho más fuerte. No son sensibles. Son más bien "duros". No prestan atención a menos que seas muy firme y que impongas consecuencias que realmente duelan. Entonces prestarán atención y comenzarán a internalizar tu mensaje.

Cuando tu mensaje es injusto o lo presentas en un momento inapropiado, brotan sentimientos de resentimiento. Tu mensaje se pierde. Todo lo que tu hijo recuerda es sus sentimientos heridos.

Ahora sabes por qué dije que esto es complicado. Necesitas conocer muy bien al niño, entender su temperamento y cuánta excitación se necesita para que reciba tu mensaje en relación con los valores. Si la excitación es apropiada en relación con el mensaje de valores, tu hijo pensará que el mensaje es suyo propio. Lo aceptará y lo internalizará como suyo. Estudia cuidadosamente el temperamento de cada niño y usa ese conocimiento para enseñar valores.

CÓMO ENSEÑAR LO BUENO Y LO MALO

Los niños necesitan mensajes muy claros acerca de lo que es bueno y de lo que es malo con respecto a los valores. Si internalizan o no ese mensaje, dependerá de *cómo* lo enseñes.

Enseña con amor. Sé amante y solícito. Muestra amor muchas veces al día. Sonrisas, abrazos, besos, mensajes afectuosos, elogios por el esfuerzo y por los logros, elogios por tan sólo ser ellos mismos. Usa un tono de voz amoroso. Muestra especialmente amor cuando algo ha salido mal. Tu hijo no debiera tener que ganarse tu amor. Es tu hijo; es hijo de Dios. Por supuesto que lo amas, no importa lo que pase, así como lo hace Dios. Asegúrate de que lo sepa.

Enseña haciéndolo responsable. Haz responsable al niño por sus acciones. Cuando es pequeño, es responsable ante ti, su padre. A

medida que crece, aprenderá a ser responsable ante Dios. A lo largo del camino, será responsable ante sus docentes, quizás ante su familia extendida y ante los líderes de la iglesia. Algunas familias enfatizan la responsabilidad mutua. Las decisiones o dificultades importantes se discuten en el concilio familiar. Los niños piensan dos veces en sus acciones, porque saben que tendrán que explicar lo que hicieron a toda la familia. Los hermanos pueden ser bastante punzantes en sus coméntanos. No se aceptan excusas. La responsabilidad nos ayuda a todos a crecer.

Enseña brindando apoyo. Los niños necesitan sentirse apoyados, que sus padres están de su lado. Puedes comunicar tu apoyo de mu- chas maneras. Escucha cuidadosamente y responde a los sentimientos de tu hijo. Ofrece tu ayuda cuando tiene un trabajo difícil. Juega con él a la pelota o ayúdalo a hacer un disfraz. Sé comprensivo cuando tu hijo necesita un tiempo a solas. Respeta sus gustos y lo que le desagrada, ¡probablemente la espinaca no es esencial para la vida! Tampoco lo es el yogur, la mayonesa, las paltas (aguacates). Planea fiestas para sus amigos. Está allí en sus partidos de básquet y en los recitales de música. Muestra que te enorgulleces por el juego limpio y porque "permanece allí" cuando las cosas se ponen difíciles. Haz que tu hogar sea un lugar cálido y acogedor, en el que se puedan curar los dolores de la vida.

Enseña con gracia. La gracia es el favor inmerecido. Asegúrate de que tus hijos no tengan que ganarse tu amor. Otórgalo libremente, aun cuando sean tercos e "imposibles"; especialmente entonces. Ora pidiendo que el amor de Dios llene tu corazón, para que puedas pasarlo a otros. Haz algo especial para ayudar a tu hijo a pasar por un momento difícil. Cuelga sus ropas la mañana en que su despertador no sonó y deja una nota: "Colgué tu ropa porque te amo". Camina al lado de él para sostenerlo cuando apenas pueda poner un pie delante del otro. Perdona, y perdona y perdona un poco más. Entierra el pasado y nunca lo excaves, ni pongas una lápida. Concéntrate en el futuro. Cada día es un nuevo comienzo. Uno de mis dichos favoritos es: "Hoy es el primer día del resto de tu vida".

Si enseñas con amor, haciéndolos responsables, con apoyo y gracia, tus hijos querrán seguir el camino de Dios. Habrán experimentado el amor de Dios por intermedio de ti.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Amor: Dale cinco minutos a cada miembro de tu familia para que encuentre algo que él o ella pueda usar para mostrar amor hacia otra persona. Cada persona demostrará cómo mostrar amor con el objeto que tiene. (Por ejemplo: un paño de cocina para secar los platos cuando no es tu turno es una forma de mostrar amor hacia tu hermana, que necesita más tiempo para practicar su pieza para el recital.)

Amor: Pídele a uno de los niños mayores que haga de cuenta que él o ella no puede hablar el idioma de tu familia. El niño podría disfrazarse o actuar de alguna manera como si no pudiera entender. Pídele luego al resto de la familia que muestre amor al "extranjero" sin hablar. Cada persona tiene que pensar en una manera que nadie más utilizó, así que comienza con el niño más pequeño y termina con los adultos.

Responsabilidad: Juega a "¿Quién es el responsable?" Inventa algunos diálogos o escenas que muestren situaciones en las que alguien debiera ser el responsable. Luego de la dramatización o escena, pregunta: "¿Quién es el responsable?" Por ejemplo: Haz de cuenta que eres un niño que acaba de dejar caer sus patines en la entrada de autos. Papá llega ya de noche y pisa los patines con el auto. ¿Quién es el responsable?

Apoyo: Escribe los nombres de los miembros de la familia en tiras de papel y colócalos en una bolsa pequeña de papel. Pide al niño más pequeño que saque un nombre. Usa una corona de papel o una cinta con una medalla, para designar a la persona especial. Cada miembro de la familia dice algo especial acerca de esa persona, algo que a él o a ella realmente le agrada de esa persona, o algo que esa persona hizo que fue realmente especial. Continúa sacando nombres, hasta que todos los miembros de la familia hayan tenido su turno de ser el "ganador".

Apoyo: Véndale los ojos a un miembro de la familia. Pídele a otro integrante de la familia que guíe al primero por la casa. Luego inviertan los roles, para que todos tengan su turno de guiar y de seguir. Hablen de como les resultó confiar en el miembro de la familia que los guiaba. Para los niños pequeños, jueguen a "Atrápame" con papá. Coloca al niño en un sitio elevado, como la cama de arriba de un camarote, y luego abre tus brazos para recibirlo cuando salte. Recuérdale que siempre lo

airaparás. Nunca, nunca lo dejarás caer. Jesús es así también. Él siempre nos ayudará.

Gracia: Cuando alguien de tu familia ha sido ofendido y necesita

CLAVES PARA ENSEÑAR LO QUE ES BUENO Y LO QUE ES MALO

* 1. Conoce tus propios valores.
2. Basa las decisiones acerca de lo bueno y lo malo en la Palabra de Dios.
3. Dales a los niños un mensaje claro acerca de lo bueno y lo malo.
4. Comprende el desarrollo moral de tu hijo. Enseña de acuerdo con su estadio de desarrollo.
5. Ayuda a tu hijo a desarrollar valores internalizados y una conciencia basada en la Palabra de Dios.
6. Comienza a enseñar los Sí y los No, continúa con reglas sencillas y luego desarrolla principios.
7. Ayuda a tu hijo a entender las razones de las reglas y los principios.
8. Establece límites apropiados para enseñar valores cristianos.
9. Haz cumplir los límites en forma clara, predecible, firme, razonable, con seguridad y amor.
10. Entiende el temperamento de tu hijo y adapta tu mensaje en relación con los valores de acuerdo con lo que sea mejor para tu hijo.
11. Enseña lo que es bueno y lo que es malo con amor, haciéndolo responsable, apoyándolo y con gracia.

perdonar, realicen la siguiente actividad visual para ayudar a los niños a entender el perdón. Luego de hablar de lo que significa sentirse triste, y de la necesidad de pedir perdón y de perdonar, pide a los niños que dibujen o escriban acerca de esa experiencia. Explica luego que el perdón significa que nos desharemos de esa cosa mala y nunca más la encontramos. Puedes cavar un pozo y enterrar el papel o prenderle fuego con un fósforo y observarlo mientras se quema. No hablamos más del tema. Se acabó. Explica que esto es lo que Jesús hace cuando hacemos algo malo: lo arroja al océano más profundo y nunca lo vuelve a buscar (Miq. 7:19). Ora con tus hijos pidiendo el perdón de Jesús. Aprender a perdonar requiere práctica.

No hay una *manera correcta de hacer algo incorrecto.*

DIOS

VIVE los valores ENSEÑA los valores PROTEGE la mente de tu hijo

DIFERENCIA claramente lo bueno de lo malo DESARROLLA el respeto propio y

la confianza BRINDA muchas oportunidades para ejercitar la toma de

decisiones MUESTRA a tu hijo cómo manejar la presión de los pares

HAZ QUE DIOS SEA ALGO REAL

pítulo 7

esarrolla el respeto propio y la confianza

A todo puedo hacerle frente, pues Cristo es quien me sostiene **(Fil. 4:13, DHH).**

Uno de los mejores regalos que puedes darle a tu hijo es un sentido de ›eto propio y seguridad. Si tu hijo se respeta a sí mismo, es menos probable que se desvíe por la presión de los pares. Si se siente seguro, será mucho más fácil decir “No” cuando enfrente la tentación de ir en contra de sus valores. Tendrá el valor de hablar y quizá sugerir una actividad alternativa, o simplemente defender lo que cree que es correcto.

Escuchamos hablar mucho acerca del autoconcepto y la autoestima en esta época, pero no mucho acerca del respeto propio. Cada uno de estos términos tiene un significado ligeramente diferente. El auto- concepto es quiénes pensamos que somos, y la autoestima hace referencia a cómo nos sentimos acerca de quienes somos y nuestro juicio acerca de nuestra propia valía. Una persona puede tener diferentes au- toconceptos así como un autoconcepto global. Por ejemplo, Juan puede pensar que es un buen jugador de fútbol pero no muy bueno en el béisbol. Su autoconcepto global en relación con los deportes puede ser mixto, dependiendo de cuán importante sea el béisbol para su familia y sus amigos. Juan también puede pensar mal de él mismo en relación con la mayoría de las materias del colegio, pero puede pensar que es

más alto y más buen mozo que la mayor parte de sus compañeros de curso. Es así como su autoconcepto académico es pobre, pero su auto- concepto en cuanto a su apariencia puede ser alto. Su autoconcepto global y su autoestima pueden ser bastante diferentes de los específicos. Juan puede tener una autoestima relativamente alta: generalmente le gusta su forma de ser.

Pienso que el término *respeto propio* se acerca más a lo que nuestros niños realmente necesitan para ayudarlos a vivir de acuerdo con sus valores. El *Random House Dictionary* define el *respeto propio* como "una estima o consideración apropiada de la dignidad del carácter de uno". Me gusta la inclusión tanto de dignidad como de carácter en esta definición. Creo que el respeto propio implica, desde un punto de vista cristiano, que uno piensa demasiado en quién es en Jesús como para hacer cualquier cosa degradante contra uno mismo. Un sentido fuerte de respeto propio provee una barrera contra las acciones degradantes. Uno simplemente piensa demasiado en la dignidad y en el carácter que Dios le ha dado a uno como hijo suyo, como para pisotearlos.

¿Cómo puedes ayudar a tus hijos a desarrollar este fuerte sentido del respeto propio y la seguridad que lo acompaña? No es un artilugio, defiradamente, y tus hijos no lo desarrollarán haciendo ejercicios de un libro o usando un cartel que diga "Estoy bien". Es una parte fundamental de la personalidad de tu hijo, junto con el autoconcepto y la autoestima, y se desarrolla gradualmente a lo largo del tiempo. El respeto propio es una cualidad del alma.

Los bloques que construyen la autoestima y el respeto propio son mucho más fundamentales para el desarrollo de la personalidad que simplemente usar un cartel o hacer un ejercicio. Creo que la autoestima y el respeto propio cristianos comienzan con la enseñanza dada a los niños de que **Dios es una parte esencial de quiénes son.** Sin él, siempre se sentirán incompletos, porque Dios nos ha hecho para que estemos unidos con él. Norman Wright lo dijo bien en su fórmula de la autoestima: **Dios + yo = una persona completa.**

Dios ama a cada niño. El hizo a cada uno especial, con características únicas. Los ama aun cuando hacen lo malo. Murió para salvarlos y planea que ellos vivan con él eternamente. Dios es el fundamento de

una autoestima cristiana positiva. Nunca enfatizarás esto demasiado.

Stanley Coopersmith, una autoridad muy conocida en el desarrollo de la autoestima en los niños, cree que hay cuatro componentes esenciales: significación, competencia, poder y virtud. Todos son importantes también para el respeto propio.

SIGNIFICACIÓN

Un niño necesita sentirse amado y aprobado por la gente que es importante para él. Los padres generalmente son las personas más importantes en la vida de un niño, seguidos por otros miembros de la familia y por sus maestros. ¿Qué puedes hacer para ayudar a tus hijos a sentirse amados y aprobados? Muestra tu afecto por medio de palabras y acciones. Elogia sinceramente los esfuerzos de un niño. Sé específico en tus elogios. “Me gustan los colores brillantes de tu dibujo. Parece un dibujo alegre” es mucho más efectivo que “qué lindo dibujo”. Procura estar sintonizado con los sentimientos de tu hijo y respétalos. Escucha sus opiniones. Reconoce los logros de tu hijo.

Ten una corona especial para que el niño que ha dominado algo especial pueda usarla en la cena mientras recibe las felicitaciones de todos. Ten un rincón de felicitaciones en tu cartelera familiar. Úsala también para alentar el esfuerzo tanto como los logros: “Felicitaciones a María por haber trabajado mucho en su trabajo para la clase de Lengua, a Víctor por practicar su tiro libre y a Elena por ayudar a mamá cuando estaba cansada”.

COMPETENCIA

Todos los niños necesitan tener un buen rendimiento en las tareas que son importantes para ellos. Se desaniman si su rendimiento es pobre. Puedes ayudarlo a aumentar su autoestima entrenando a tu hijo para mejorar sus habilidades: arrojar la pelota, patinar, sumar, escribir o leer un mapa. Ayudar a tu hijo a desarrollar habilidades específicas tendrá un impacto real en su seguridad. A veces, los abuelos, o los hermanos o hermanas mayores tienen más tiempo que los padres ocupados para entrenarlos. Pídeles ayuda. Entrena a tu hijo, ayudándolo a aprender un paso por vez hasta que logre la destreza completa.

Provee maneras en que los niños puedan reconocer sus logros,

puedan ver cuánto han aprendido y progresado. Los niños pequeños necesitan una retroalimentación inmediata, pero los niños mayores pueden mirar hacia atrás en el año para reconocer sus logros. Haz una lista de habilidades que tu hijo ha aprendido, para recordarle: “Ahora puedes patinar”. Los niños mayores pueden hacer su propia lista de habilidades aprendidas.

Ayuda a los niños a proponerse metas realistas. Por ejemplo, si un niño nunca ha sacado más de 50% en una prueba de ortografía, no es realista decirle al niño: “Sé que puedes tener todas las palabras bien esta semana”. Esto coloca al niño en otra situación de fracaso. En lugar de ello, di: “Sé que puedes escribir bien dos palabras más que la semana pasada”. Luego ayúdalo a estudiar para que escriba bien las palabras extras. Ésta es una meta realista, y ayuda a aumentar la autoestima y la seguridad. Las metas poco realistas destruyen la autoestima. Eventualmente, puede llegar a tener todas las palabras bien escritas, aumentando su habilidad poco a poco. O quizá la ortografía siempre le resultará difícil. Enséñale a compensar (como, por ejemplo, a usar diccionario o a usar el corrector ortográfico de la computadora). No es el fin del mundo.

Algunos niños –y padres– tienen metas poco realistas y muy altas. No los satisface nada menos que la **perfección.** Nadie puede ser perfecto todo el tiempo, y esta expectativa pone a la mayoría de los niños en una situación de baja autoestima. Muchos pequeños perfeccionistas tienen miedo de probar porque quizá no lo hagan perfectamente.

Si tu hijo es un “perfeccionista” en ciernes, ayúdalo a probar algo sólo por diversión. No enfatices la forma en que lo realiza. Sólo alcanza con probar algo nuevo. Tú mismo puedes ejemplificar cómo divertirse, aunque cometas errores. Ríete de ti mismo y sigue adelante. H viejo adagio: “Si vale la pena hacerlo, vale la pena hacerlo bien” suele ser llevado al exceso, dando por sentado que todo debe hacerse perfectamente siempre. Algunas cosas no valen la pena el tiempo y el esfuerzo que exige la perfección. Algunas cosas sí. Ayuda a tu hijo a descubrir la diferencia. Anímalo a seguir intentándolo cuando la perfección importa.

Cuando mi amiga Janice me dijo que ella acostumbraba tocar el piano antes de casarse, me asombró porque nunca la había visto tocar.

–Oh, dejé porque mi esposo criticaba todo lo que tocaba porque

no era perfecto. Él no podía soportar ningún error, así que dejé de tocar el piano.

¡Qué pena! A Janice le robaron una vida de deleite musical porque su esposo era tan perfeccionista.

Ayuda a tus hijos a aprender cómo manejar los **errores** y los **reveses.** Demuestra en tu propia vida cómo reírte de ti mismo, levantarte y seguir adelante. Los errores son escalones para mejorar las cosas. ¿Qué puedes aprender de ese error? Conversa con tu hijo de lo que puede hacer diferente la próxima vez y anímalo a intentarlo nuevamente. Los niños que tienen mucho miedo de cometer un error rara vez prueban algo nuevo. Esta actitud refuerza una autoestima negativa. A estos niños les falta confianza o seguridad.

Ayuda a los niños a **compensar** sus debilidades. Anímalos a concentrarse en sus fortalezas positivas, mientras al mismo tiempo aprenden estrategias específicas para tratar con sus áreas débiles. Necesitan desarrollar una **evaluación realista** de sí mismos: ni un sentimiento exagerado de que ellos “son mejores que todos los demás” ni un sentimiento autodespreciativo de ser “peor que todos los demás”. Ninguno de los dos extremos va de la mano con un respeto propio saludable.

Algunos padres mal encaminados, pero con buenas intenciones, insisten a veces en que sus hijos deben **terminar todo** lo que comienzan. Es cierto que aprender a perseverar es importante, pero hay veces en que terminar algo que comenzaste no es la mejor idea. Polly, una amiga mía en la universidad, es un buen ejemplo. Comenzó la carrera de Matemáticas en la universidad, pero decidió que lo que realmente quería era otra cosa. Sus padres no le permitieron cambiar de carrera. “Comenzaste Matemáticas; ¡debes terminar lo que empiezas!” Como mujer brillante que era, terminó su carrera de Matemáticas, pero nunca hizo nada con ella. En lugar de eso, ha sido una exitosa docente de Enseñanza Primaria toda su vida, lo cual no exigía para nada las habilidades matemáticas de alto nivel que ella poseía, pero sí requirió que volviera a estudiar para obtener su título en Educación.

Ayuda a tus hijos a desarrollar sus **talentos y habilidades** naturales. Trata de ser realista en relación con las habilidades de tu hijo. Quizá quieras que tu hijo sea músico o jugador de tenis profesional porque eso es lo que tú querías ser. Retrocede y observa en forma realista los

talentos y las habilidades naturales de tu hijo. Aprovecha aquéllos que aumentan el respeto propio y la confianza.

Cuando nuestra hija estaba en la enseñanza secundaria, el profesor/maestro de banda expresó gran asombro cuando le permitimos abandonar sus clases de flauta después de un semestre. Él pensaba que deberíamos haber insistido en que continuara. Pero cuando ella quiso unirse a la banda, nuestro acuerdo había sido que probaría las clases de flauta durante un semestre. Si no le gustaban, podía dejarlas. Nunca aprendió a tocar un instrumento en la banda, pero cantó en muchos coros. Hubo mucha música en su vida. Pensamos que merecía la oportunidad de probar algo sin comprometerse de por vida. Nunca lamentó no aprender a tocar la flauta, pero ha cantado en conjuntos desde entonces. El canto es su don natural.

PODER

Tener cierto sentido de poder y control sobre sus vidas es un escalón esencial para el aumento de la autoestima y el respeto propio. Muchos niños sienten que no tienen control sobre sus propias vidas ni sobre la de nadie más. Todas las decisiones son tomadas por ellos. Los niños necesitan desarrollar un sentido de poder y control sobre sus propias vidas, la creencia de que pueden tomar decisiones. Esto aumenta la autoestima y la confianza en sí mismos. Comienza permitiendo que los niños muy pequeños tomen decisiones pequeñas. Avanza gradualmente hacia decisiones más difíciles. No quiero decir mucho aquí acerca de cómo enseñar a los niños a tomar decisiones, porque el próximo capítulo trata este tema. A medida que los niños maduran, pueden sentir satisfacción al ganar algo de dinero y al aprender a gastarlo sabiamente. Apoya a los niños cuando corren riesgos (por ejemplo, al postularse para un cargo en su curso o en el centro de estudiantes). Ayúdalos a reconocer y aceptar que a veces las personas no tienen éxito de la manera que anticipaban, pero que siempre habrá otra vez y otra manera. En el desarrollo de la autoestima y el respeto propio se aplica el viejo dicho: “El que no arriesga, no gana”.

VIRTUD

Los niños se respetan más a sí mismos cuando hacen lo que es

correcto. El respeto propio sufre bajo el ataque de una conciencia culpable. Pero primero se les debe enseñar la diferencia entre lo bueno y lo malo. Nuevamente, los padres y los abuelos pueden actuar aquí. La virtud y un fuerte sentido de la moralidad son los verdaderos edificadores de la autoestima. Cuando un niño hace lo correcto, se siente bien consigo mismo. No se puede desarrollar un fuerte sentido de autoestima y competencia sin un compromiso de vivir de forma moral y seguir el camino que nos presenta nuestro Salvador y Señor. Cuando Enrique rechazó el pedido de su amigo de robar las preguntas del examen previamente, se sintió bien con su decisión. Su respeto propio aumentó; sabía que había hecho lo correcto, aunque su amigo lo llamara gallina.

Recuerda: la autoestima y el respeto propio siempre se pueden cambiar. Comienza hoy a ayudar a tus hijos a construir un respeto propio positivo.

SISTEMA FAMILIAR

La enseñanza de los valores siempre se da dentro del vínculo familiar. Un sistema familiar saludable es mucho más efectivo para enseñar los valores y desarrollar la autoestima y el respeto propio que uno disfuncional.

En sus esfuerzos por enseñar valores, muchas familias cristianas conservadoras emplean métodos autoritarios. Piensan, equivocadamente, que ése es el camino de Dios. Ordenan y exigen en lugar de enseñar y guiar. Exigen "perfección", no permiten que sus hijos cuestionen o evalúen lo que dicen sus padres o la iglesia, los cargan de culpas, utilizan a Dios y a la Biblia para controlarlos, niegan los sentimientos y cualquier problema familiar, y hacen cumplir rígidamente las reglas y los reglamentos.

Los resultados de este tipo de sistema familiar disfuncional son fáciles de predecir, y desastrosos. Los niños tienen conceptos individuales que se arrastran en el lodo, su respeto propio y confianza en sí mismos son casi nulos. Rechazan los valores y la religión de sus padres, o se convierten en conformistas sin columna vertebral, que nunca llegan a entender la gracia de Dios. Viven sus vidas tratando de agradar a un Dios que nunca puede ser agradado totalmente. No confían realmente en nadie. ¡Qué triste condición!

En un sistema familiar saludable, los miembros de la familia confían unos en otros, se afirman y se apoyan mutuamente, se comunican y se escuchan para respaldarse, respetan a todos los miembros de la familia y su privacidad. Las familias saludables también se aseguran de que cada miembro sea escuchado. Comparten la responsabilidad por la familia, juegan juntos, se ríen, y tienen momentos de conversación y comidas interesantes. También tienen fuertes rituales y tradiciones familiares. Las familias saludables comparten un profundo núcleo espiritual, enseñan un sentido de lo bueno y de lo malo, y ayudan a otros mediante el servicio, admiten sus problemas y buscan ayuda cuando la necesitan.

Los resultados de crecer en un sistema familiar de este tipo también son fáciles de predecir: los hijos y los padres tienen una cálida relación. Los hijos evidencian un fuerte sentido de respeto propio y confianza, su autoestima es positiva y aprecian los valores que han aprendido en su hogar. Se formaron una imagen positiva de Dios y tienen una relación religiosa que crece. Saben que son aceptados por un Dios lleno de gracia, que ofrece amor, compasión y misericordia a los seres humanos que no son perfectos. Confían en Dios y las demás personas.

Y desarrollan estas mismas actitudes saludables cuando forman sus propias familias. ¡Qué herencia maravillosa!

COMUNICACIÓN SUSTENTADORA

La comunicación sustentadora es un elemento esencial de un sistema familiar saludable, en el que los niños aprenden valores positivos. La Biblia tiene mucho que decir acerca de la comunicación con amor y apoyo. El sabio amonesta: “Hay hombres cuyas palabras son como golpes de espada; mas la lengua de los sabios es medicina” (Prov. 12:18). ¿No es eso lo que queremos ofrecer a nuestras familias: curación de las afrentas cotidianas de la vida ánimo y amor?

Estudia los versículos bíblicos y las pautas del siguiente bosquejo (en la próxima página). Marcarán una gran diferencia en la vida de tu familia.

Las autoridades en comunicación creen que sólo el 7% del mensaje está constituido por las palabras verbalizadas; el 93% restante del mensaje proviene del lenguaje no verbal. Esto incluye el tono de voz, la expre

sión facial, el contacto visual, la postura, los gestos, los toques y la distancia entre las personas. Si quieres comunicar amor y apoyo a tu hijo, usa un tono suave de voz, sonríe y muéstrate interesado, inclínate hacia el niño, baja a su nivel para poder mirarlo a los ojos, toca al niño con suavidad, manténte cerca de él, y usa gestos de apertura e inclusión en lugar de cruzar los brazos sobre el pecho y dejar así a todos afuera.

I

COMUNICANDÓNOS CON AMOR Y APOYO

Acciones de comunicación	**Textos bíblicos**
1. Escuchar	Prov. 18:13
Detén lo que estás haciendo.	
Escucha las palabras.	
Escucha el lenguaje de la conducta.	
Presta atención a los sentimientos que aparecen "entre líneas".	
2. Piensa antes de hablar	Prov. 21:23
Contesta las preguntas.	Prov. 15:28
Responde a los sentimientos.	Prov. 10:19
Da lugar a las diferencias de opinión.	
3. Ten cuidado con el momento	Ecl. 3:1, 7
Prov. 15:23	
Prov. 25:11	
4. Utiliza respuestas suaves y tranquilas	Prov. 15:1, 4
Expresa tus sentimientos, en lugar de acusar	Efe. 6:4
No uses el sarcasmo, la ridiculización, etiquetas, regaños.	
El enojo engendra resentimiento.	
Las respuestas suaves provienen de Dios.	
5. Estimula	Prov. 12:18, 25
Perdona y olvida.	Isa. 50:4
Concéntrate en el potencial futuro.	Prov. 10:12

Comunicarse con amor y apoyo requerirá un poco de práctica, especialmente si estás acostumbrado a usar un estilo de órdenes y exigencias. El esfuerzo por cambiar valdrá la pena. Un sistema familiar saludable es la forma más efectiva de desarrollar el respeto propio de tus hijos y comunicarles valores.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Pónganse en marcha: Prueben algo novedoso, algo absurdo, algo un poco disparatado, algo atrevido. Diviértanse intentándolo. Ríanse y sean un poco locos. ¡Ríanse juntos!

Puedo hacer eso: Ayuda a todos los miembros de la familia a elaborar una lista titulada "Puedo hacer eso". Los niños pequeños pueden dibujar aquello que pueden hacer; también pueden dramatizarlo. Los niños mayores y los adolescentes pueden concentrarse en un área específica de competencia, puesto que pueden hacer muchas cosas. Los niños tienden a centrarse en lo que no pueden hacer. Una lista de lo que pueden hacer aumenta la confianza en ellos mismos.

¿Quién piensa que eres Importante? Comienza con el miembro más joven de la familia. Pide a cada miembro de la familia que sugiera alguien para el cual este niño es importante, y que comente por qué. Luego, pide al niño sugerencias adicionales de personas para las cuales cree ser importante. Por cada sugerencia, entrega al niño un muñeco de papel con el nombre de esa persona escrito sobre él. (Los niños mayores pueden hacer fácilmente cadenas de muñecos de papel para esta actividad: dobla una hoja de papel varias veces en forma horizontal. Recorta la mitad del dibujo de una persona con los brazos extendidos. Abre, y tendrás una cadena de personas de papel.) Al final, conversen acerca de la cadena de personas que tiene cada uno. Refuerza la noción de cuán significativos somos todos para otras personas.

Lo que eres, es un regalo de Dios para ti.
Lo que haces contigo mismo es tu regalo a Dios.

CLAVES PARA EL RESPETO PROPIO Y LA CONFIANZA

1. Comienza con Dios + yo = una persona completa. Sin Dios, somos personas incompletas.
2. Ayuda a tu hijo a sentir que es importante para Dios y para las personas cercanas a su vida.
3. Ayuda a tu hijo a desarrollar competencias en muchas áreas de la vida.
4. Reconoce los logros de tu hijo.
5. Concéntrense en desarrollar metas realistas.
6. Ayuda a tu hijo a desarrollar poder y control sobre su vida.
7. Haz todo lo posible por crear un sistema familiar saludable.
8. Comunícate con amor y de manera sustentadora.

DIOS

VIVE los valores ENSEÑA los valores PROTEGE la mente de tu hijo DIFERENCIA claramente lo bueno de lo malo DESARROLLA el respeto propio y la confianza **BRINDA muchas oportunidades para ejercitar la toma de decisiones** MUESTRA a tu hijo cómo manejar la presión de los pares

HAZ QUE DIOS SEA ALGO REAL

Capítulo 8

Brinda muchas oportunidades para ejercitar la toma de decisiones

[...] ¿Hasta cuándo van a seguir indecisos? Si el Dios verdadero es el Señor, deben seguirlo; pero si es Baa!, síganlo a él (1 Rey. 18:21, NVI).

Aprender a tomar decisiones exige mucha práctica y paciencia.

Al llegar al Parque de los Ciervos, les di a Sherise y a Alien dos pesos a cada uno, a fin de que tuvieran para gastar durante nuestro paseo. Sus opciones eran bastante limitadas: alimento para los animales o un paseo en burro, o en camello, o el área de juegos. Obviamente, no podían hacerlo todo. Con 7 y 9 años de edad, eran bastante capaces de llevar la cuenta de su dinero.

Comenzamos con una caminata por el sendero de los libros de cuentos, con muchas oportunidades para alimentar a los animales, los patos, los hámsteres, las ovejas y los gansos. Ambos miraron su dinero, y decidieron que no lo gastarían en alimentar a los animales; por lo menos, no a los que estaban en este sendero y tan temprano en el día. Poco después, Alien notó que había bastante alimento que se les había caído a otros visitantes a lo largo del sendero. Pronto, los dos estaban juntando granos de alimento y dándoselos de comer a los animales. Cuando llegamos al final del sendero de los libros de cuentos, habían pasado lindos momentos alimentando a los animales, y todavía tenían sus dos pesos.

Disfrutamos de los ciervos y de las llamas de la misma mane dándoles de comer con el alimento que habían dejado caer otras p sonas. Los niños pronto encontraron recipientes de alimento que bían sido descartados, con lo cual guardaron sus hallazgos, y paree divertirse tanto al buscar alimento como al alimentar y acariciar a animales.

Decidieron que los burros eran demasiado pequeños para que e los montaran, y un paseo de cinco minutos en camello valía más de pesos. Tuve que concordar. Siempre había pensado que el paseo camello era un poco caro en este parque.

Anduvimos en el tren gratuito varias veces alrededor del pare admiramos más animales, sacamos fotos, tomamos nuestro almue jugamos en el castillo en miniatura, y luego nos dirigimos al sector parque de diversiones. Sherise y Alien todavía tenían sus dos pe Luego de andar en los helicópteros y en los autos de carrera, Sht quiso dar una vuelta en el juego de la vuelta al mundo, pero Aller quería. Ella no quería ir si él no iba, así que nos sentamos en un be durante casi veinte minutos, tratando de decidir. Ella realmente qi subir, pero no sola. Yo me mareo demasiado como para andar en juego, y no había nadie más por allí cerca que ella conociera. ¿Qué cer? Decisiones, decisiones.

Finalmente, Sherise decidió ir sola; pero, para ese momenti vuelta al mundo ya no estaba funcionando; era un día de poco tra en el parque, y el operador sólo la ponía en funcionamiento cua había suficiente cantidad de niños que quisieran subir. De alguna m¡ ra, acercarse al operador y pedirle que la hiciera funcionar parecía demasiado, además de tener que subir ella sola. Así que estuvimos tados otros diez minutos, dándole vueltas al problema de dialogar extraños (especialmente operadores de vueltas al mundo), y los n lamentaron no ser como su primo, que no tiene miedo de hablar nadie. Estábamos claramente en punto muerto, así que le hice señ; operador, e inmediatamente se acercó a la entrada. Sherise saltó, estaba acomodando en el asiento cuando Alien salió corriendo rep namente en dirección a la vuelta al mundo; había decidido subir, pués de todo. Sonriendo, dieron vueltas y vueltas juntos: los único ños subidos al juego.

Habíamos recorrido el parque y todavía les quedaba dinero, por lo que decidieron volver y comprar alimento para algunos de sus animales preferidos. Todos declararon que fue un "día divertido". Nadie había gimoteado ni rogado que le dieran más dinero o paseos. Sherise y Alien estaban contentos con sus elecciones, y yo disfruté el día con ellos.

El día, además de divertido, también significó una experiencia de aprendizaje. Habían hecho elecciones en forma cuidadosa. Pudieron hacer todo lo que les pareció interesante, y tenían una sensación de control sobre su día. Yo me evité todo el gimoteo, los ruegos y las molestias de que me pidieran dinero o paseos.

Y tuve la oportunidad de practicar la paciencia. No podía apresurarlos para que tomaran decisiones, así que ponderamos los pro y los contra, y nos tomamos todo el tiempo que quisieron. Tuve que ser cuidadosa en no interferir con sugerencias sobre lo que yo pensaba que podrían hacer o expresando fastidio por su demora. No había decisiones "correctas" o "incorrectas" en el Parque de los Ciervos: sus elecciones acerca de cómo usar su dinero se basaban estrictamente en sus preferencias. Las decisiones debían ser de ellos y sólo de ellos, en sus propios tiempos. Sin embargo, cuando la timidez amenazó con abrumar a Sherise, un poquito de estímulo allanó el camino.

El Parque de los Ciervos nos proveyó muchas lecciones valiosas. El día de los niños incluyó oportunidades de practicar la responsabilidad, la lealtad, el autocontrol, el contentamiento y la bondad. Yo aporté responsabilidad, respeto, autocontrol... y paciencia a nuestro día.

Enseñar a los niños a tomar decisiones y darles variadas oportunidades de practicarlo resulta crucial para aprender los valores. Muchos padres cristianos temen permitir que sus hijos tomen decisiones, por temor a que sean equivocadas. Tienen miedo de que sus hijos rechacen sus valores, por lo que nunca permiten que sus hijos hagan elecciones.

Durante los últimos cincuenta años, muchos estudios de investigación han mostrado que los niños que crecen en hogares autoritarios, fuertemente controladores, son los que más probablemente rechazarán los valores de su familia. Dios permitió que Adán y Eva escogieran su propio camino. Y ha estado trabajando con su familia humana desde entonces, para tratar los efectos de esa mala elección. Pero, observa: Dios no rechazó a los seres humanos porque hayan hecho una elección

equivocada. Él permite que cada uno de nosotros elija o rechace libremente su camino. Nosotros debemos brindar a nuestros hijos la misma libertad de elección.

¿Cómo podemos ayudar a nuestros hijos a aprender a tomar decisiones sabias? Eventualmente, todos tomamos decisiones de algún tipo, pero muchas personas toman decisiones necias, con consecuencias serias que afectan el resto de sus vidas. Nosotros deseamos que nuestros hijos aprendan a hacer decisiones sabias. Presentamos aquí algunos pasos sencillos para ayudar a tus hijos a aprender cómo tomar decisiones sabias.

1. DELIMITA UN CERCO DENTRO DEL CUAL SE PUEDAN TOMAR DECISIONES.

Un cerco define los límites de la elección. ¿Qué definió el cerco en el Parque de los Ciervos? Le di dos pesos a cada niño. No tenían una cantidad ilimitada de dinero, y había una cantidad limitada de *cosas* en las que lo podían gastar. Cualquier cosa que eligieran estaría bien para mí. Había suficientes alternativas dentro del cerco como para hacerlo interesante y desafiante, pero no abrumador.

El mismo cerco hubiera sido demasiado grande para la Srta. Tres años, que no puede llevar la cuenta del dinero todavía. Para ella, el cerco podría haber sido: "¿A qué animales te gustaría alimentar con las tres monedas de 10 centavos que te di? Puedes comprar alimento tres veces. El alimento te costará una moneda cada vez".

Si hubiera estado con nosotros el Sr. Doce años en nuestro día en el Parque de los Ciervos, podría haberle dado todo el dinero que pensaba gastar durante el día, para que él pagara las entradas, sacara la cuenta de cuánto dinero recibiría cada uno y ayudara a los niños más pequeños a pensar qué podrían comprar con su dinero. Él hubiera tenido también su propio dinero para gastar.

Susana y Juan estaban comprometidos a enseñarle a Serena a tomar decisiones. Cuando quería algo de comer entre horas, Susana llevaba a la pequeña de 2 años a la despensa, y le mostraba un estante con diez o doce cajas de diferentes alimentos que podría comer. Inevitablemente, Serena gritaba y fastidiaba, y estaba infeliz con cualquier elección que hiciera, y quería otra cosa. Cuando me preguntaron qué

era lo que estaba mal, les dije que los niños pequeños se sienten abrumados cuando se les presentan demasiadas opciones.

–Serena puede manejar una elección entre dos cosas, pero no entre toda una hilera de cosas diferentes para comer –dije–. Se siente frustrada e insuficiente. Necesita mucha práctica en este nivel simple de una elección entre dos cosas. Cuando sea un poco más grande, agreguen una cosa más a elección en su menú.

Lo probaron, limitando su elección de alimentos a dos opciones, y desapareció la inquietud y los berrinches con respecto a la elección de lo que iba a comer.

El cerco protege a los niños de elecciones que les resultan abrumadoras. Para Serena, tratar de elegir algo para comer de un menú con quince posibilidades era como corretear sola por un campo de unas quince hectáreas, sin cerco. Cualquier niño de 2 años tendría miedo.

A medida que los niños crecen en habilidad, amplía el cerco dándoles más alternativas. Pero asegúrate de que todo lo que esté dentro del cerco esté bien contigo. ¿Qué juguete te gustaría compartir con tu amigo, el camión, la ambulancia o el camión de bomberos? ¿Cuál de tus buzos para jugar quisieras usar hoy? ¿Qué fruta te gustaría comer en la cena?

Si tus hijos tienen oportunidades de practicar la toma de decisiones cada vez más difíciles, cuando lleguen a la adolescencia estarán listos para las decisiones casi abrumadoras que los esperan. En ocasiones, todavía necesitarán tu guía, pero estarán preparados para el desafío.

Aun los adolescentes necesitan un cerco dentro del cual puedan tomar sus decisiones. Tu familia puede establecer un “cerco”, que dis- . ponga que tus adolescentes pueden desarrollar hasta cuatro o cinco actividades semanales, además del colegio y el trabajo. Podrían tener un concilio familiar, para decidir qué clase de actividades encuadran dentro de la descripción de elecciones sabias, de modo que las pautas sean bien claras. Ayudar a formular las pautas para las actividades es parte del aprender a tomar decisiones sabias. Dentro de estas pautas, tus adolescentes pueden elegir sus actividades.

Tu hijo del último año de enseñanza secundaria puede ser capaz de manejarse en un cerco aún más grande. Está acostumbrado a hacer decisiones sabias con respecto a su tiempo, y ha aprendido las habilidades

necesarias para tomar buenas decisiones; el único cerco que puede necesitar es una hora establecida de mutuo acuerdo para llegar a casa todas las noches, un período de tiempo para ayudar a la familia con las tareas de la casa y un acuerdo con respecto a las horas de comidas junto con la familia. Se puede contar con que cumplirá con sus compromisos escolares y de trabajo. Está casi listo para la vida independiente. Otro joven de 17 años puede ser que necesite todavía la guía de un cerco seguro, para ayudarlo a tomar decisiones sabias. Procura que el cerco se adecúe a la experiencia de tu hijo y a sus habilidades para tomar decisiones.

2. PROVEE MUCHAS OPORTUNIDADES PARA PRACTICAR LA TOMA DE DECISIONES.

Los niños necesitan muchas oportunidades para practicar la toma de decisiones sabias hasta que llegue a ser algo automático, que no piense en hacer otra cosa. Entonces, los valores realmente formarán parte de la persona, estarán instalados muy en su interior. Muchas situaciones de vida son mucho más fáciles si se cuenta con algunas respuestas automatizadas.

Un viernes de tarde, me aproximé a la entrada para autos de nuestro banco local para realizar un depósito y pedir efectivo. Cuando conté el dinero antes de retirarme, descubrí que la cajera me había dado cien pesos de más. Inmediatamente, le dije que me había dado dinero de más. No se me ocurrió hacer algo diferente. No recorrí mentalmente un proceso largo de toma de decisiones; fue una respuesta totalmente automática. Esa respuesta automática ha aparecido muchas veces, cuando he recibido cambio de más en la caja o alguna otra cosa que no me pertenecía.

Resiste el impulso de tomar todas las decisiones en lugar de tu hijo. Muchas veces, es más fácil tomar uno mismo la decisión que pasar por el proceso de toma de decisiones junto con tus hijos. Ellos no tienen experiencia, y son lentos a veces. Les cuesta mucho decidirse. El tiempo apremia, y te complacería seguir adelante con tu día, por lo que, con exasperación, tomas la decisión por tu hijo. Eso le transmite el mensaje de que él es insuficiente y que no confías en él para que resuelva el problema. Y así él no adquiere la experiencia que necesita

para aprender esta virtud.

¿Qué puedes hacer cuando simplemente debes seguir adelante con tu día? No puedes esperar eternamente a que Denise decida qué ropa va a ponerse; tienes que llegar a tiempo al trabajo, y ella debe ir a la escuela. Podrías tener un acuerdo permanente con Denise en el sentido de que si no toma la decisión en un cierto tiempo tú lo harás por ella o ella se pondrá otra ropa, que estará siempre preparada. Recuérdale una vez el límite de tiempo para la decisión. No la reprendas ni suspires con exasperación. Cuando concluya el tiempo estipulado, simplemente dale la ropa alternativa. Tu acuerdo con ella incluye que no habrá respuestas insolentes ni gimoteos acerca de tu decisión. Ella tuvo su oportunidad y no la utilizó. Ésta también es una lección útil para aprender. Dale a la Srta. Indecisa otras oportunidades de tomar decisiones cuando el tiempo no sea un factor importante.

3. ENSEÑA A TU HIJO LAS HABILIDADES NECESARIAS PARA TOMAR DECISIONES.

He notado que muchos estudiantes de primer año de la universidad no tienen ni la más remota idea de cómo tomar decisiones. Nunca aprendieron las destrezas de pensamiento crítico y toma de decisiones. He observado esta carencia aun en alumnos de posgrado. Muchas personas consultan a un consejero por su falta de habilidad en este aspecto. Pero las habilidades para lograrlo se pueden aprender, y tú puedes enseñárselas a tu hijo. Aunque tu hijo pueda estar aprendiendo habilidades de pensamiento crítico en la escuela, el hogar es el mejor lugar para aprender lo que hace a la capacidad de decisión en la vida real.

Primer paso: Reunir datos. Busca todo lo que puedas encontrar acerca del tema. El Sr. Nueve años puede buscar datos acerca de una droga (una decisión que tendrá que tomar pronto). Las enciclopedias y la concordancia bíblica en un CD-ROM e Internet pueden hacer que este trabajo sea fácil y divertido. La Srta. Dieciseis años puede reunir datos acerca de una posible carrera, del SIDA o sobre el aborto, todos los cuales exigen importantes decisiones futuras en su vida. Puedes ayudar al Sr. Cinco años a reunir datos acerca de bicicletas para niños de su edad. Una vez por mes planifica en tu hogar una noche dedicada a buscar datos relacionados con áreas en las cuales tus hijos tendrán

que tomar decisiones críticas.

Segundo paso: Evaluar los datos. No todas las fuentes son iguales. Discutan las fuentes. Evalúen los datos. ¿Cuáles es probable que sean exactos? ¿Qué fuentes son las más confiables? ¿Qué diferencia existe entre un dato de una enciclopedia y una instrucción de la Palabra de Dios? ¿Qué clase de datos encuentras en las propagandas y en la publicidad? Descarten los datos de fuentes objetables. Este proceso ayuda a tu hijo a aprender habilidades de pensamientos crítico; así, no serán engañados tan fácilmente por publicidad falsa o por amigos o extraños lisonjeros, porque han aprendido a evaluar la fuente de los datos.

Tercer paso: Sopesar los datos. No todos los datos son iguales. Algunos son mucho más importantes que otros para tomar una decisión. Hagan una lista de los más relevantes y los que no lo son tantos para la decisión que están considerando. Coloca los datos más importantes en la parte superior de la lista. Un dato puede ser tan abrumador que anulará todos los demás. Considera las consecuencias futuras de esta decisión. ¿Qué es probable que suceda? ¿Qué o a quiénes más puede afectar? Los niños aprenden a anticipar las consecuencias. No nacen con esta habilidad, aunque algunos niños la aprenderán más fácilmente que otros. Aprenden poco a poco mientras señalas las consecuencias de una decisión o les pides que piensen en las consecuencias futuras.

Al evaluar los datos, enseña a tus hijos a hacerse estas preguntas:

¿Hay un *claro bueno o malo, de acuerdo con la Palabra de Dios?* Enseña a los niños a dirigirse a la Palabra de Dios en busca de ayuda para tomar decisiones. Una concordancia bíblica ordenada por palabras ayuda a encontrar el pasaje apropiado. Copia todos los versículos que parecen aplicarse a esta decisión. Discute el significado de los versículos. Permite que tus hijos te vean buscando dirección en la Palabra de Dios. Convierte esto en una práctica familiar, la de ir a la Palabra de Dios en busca de ayuda al evaluar los datos.

Si no hay un *bueno o malo claro, ¿es sólo cuestión de preferencia personal? ¿O* hay *algún tema oculto que* haya *que resolver en relación con los valores?* Muchas decisiones son simplemente de preferencia personal: "¿De qué color pintaré mi dormitorio?" "¿Tomaré clases de tenis o de natación? No tengo tiempo para ambas". Aunque muchas decisiones de la vida moderna no se mencionan específicamente

en la Biblia, pueden tener implicaciones para vivir nuestros valores. A veces, no es fácil darse cuenta de las cuestiones relacionadas con los valores que esconden y encontrar el principio bíblico que se aplica. La Biblia no dice específicamente "No deberías usar faldas ajustadas y muy cortas" o "No deberías teñirte el cabello de violeta"; sin embargo, muchas personas creen que esto se relaciona con temas acerca de los valores morales. ¿Cuán ajustado es ajustado? ¿Cuán corto es corto? ¿Está bien porque todos los demás lo hacen? ¿Qué significa la modestia? Ayuda a tus hijos a pensar en estos temas, haciéndoles preguntas para reflexionar.

Cuando llegué por primera vez a la universidad donde ahora enseño, el código de vestimenta afirmaba claramente que las alumnas no podían usar pantalones, excepto para trabajar en la fábrica de muebles, o practicar deportes o actividades similares. Un par de años más tarde, el código de vestimenta permitía que las mujeres usaran "trajes con pantalón" durante el trimestre de invierno (presuntamente para estar más abrigadas en nuestro clima frío), pero la parte superior debía cubrir las caderas, y no se permitían *jeans*. Unos años más tarde, las mujeres estaban usando pantalones durante todo el año en la universidad. Cinco años más tarde, estaban usando *jeans* y remeras para asistir a clases. Eventualmente, se permitieron los pantalones cortos durante los trimestres de primavera y verano (presuntamente porque hacía calor). Ahora, veo a mujeres vestidas con calzas y pantalones cortos sobre éstas durante el invierno.

Pero en aquella época nadie discutía acerca de cuántas joyas podía usar una alumna, como lo hacemos ahora. Cuando yo estudiaba en la universidad, los temas que se debatían con respecto a la ropa eran los escotes profundos y el maquillaje fuerte. Cuando nuestra hija asistía a la escuela secundaria, el tema era las faldas cortas.

Generalmente, les cuento esta historia a mis alumnos de posgrado en la asignatura de Desarrollo del Carácter, y termino con la pregunta "¿Cuál es el principio aquí?" ¿Es un tema oculto? Seleccionar las pautas para elegir la ropa es uno de los temas difíciles, pero es un área importante en la que tú y tus hijos deben tomar decisiones. Tus decisiones deben ser guiadas por principios cuidadosamente pensados. El proceso de desarrollar estos principios es crucial para desarrollar la

habilidad para tomar decisiones sabias.

¿Hay *alguna otra persona que se verá afectada por mis decisiones? ¿Quién* y *de qué manera?* Aun decisiones aparentemente pequeñas, de preferencias personales, a veces involucran a otras personas. La familia está pintando los dormitorios este verano. Eben-ezer quiere que pinten su habitación de color anaranjado brillante, su color preferido en este momento. El presupuesto familiar no contempla un cubrecama y cortinas nuevas que combinen con el color naranja. Su decisión afecta a las demás personas. ¿A qué acuerdo puede llegarse? ¿Cómo puede ganar dinero para comprar un cubrecama y cortinas nuevas? ¿Puede confeccionarlas él? Quizás un negocio de cosas de segunda mano tenga algún precio económico. Quizá pueda usar el naranja como un color complementario para algunos detalles. ¿Le seguirá gustando el color naranja el próximo año? La familia no volverá a pintar la habitación hasta dentro de tres años, por lo menos. Algunas de estas cosas podrían agregarse a su lista de más y de menos, y podrían cambiar su decisión final.

Cuarto paso: ora acerca de la decisión. Escribir todos los datos en una lista de los más y los menos no siempre soluciona las cosas del corazón; porque las decisiones incluyen tanto lo que se piensa como lo que se siente. Algunos niños son naturalmente pensantes; así es como toman sus decisiones. Les resultará fácil reunir los datos y sopesarlos. Otros son naturalmente emotivos; desean tomar las decisiones basados en los sentimientos, no en los hechos. Se les puede enseñar a incluir datos en su proceso de toma de decisiones, pero siempre querrán volverse primero a los sentimientos.

Realmente, todas las decisiones involucran tanto el pensar como el sentir. A veces, un niño dice: “No me parecía bien. No sé por qué, pero sabía que no estaba bien”. Eso parece involucrar sólo a los sentimientos, pero su intuición acerca de la situación probablemente estaba basada en experiencias pasadas y en datos que no estaban conscientes en el momento de la decisión. Su decisión probablemente se basaba en sentimientos y pensamientos que se unieron para conformar la intuición, una actividad del hemisferio derecho del cerebro. El hemisferio derecho se especializa en la imagen global -la intuición-, todo uniéndose en un fuerte sentido de dirección. Yo pienso también que el Espíritu

Santo, a veces, desempeña un papel en lo que llamamos intuición, codeándonos en la dirección correcta. A los niños hay que enseñarles a seguir esas corazonadas que provienen de la intuición; generalmente, son correctas (a menos que estén en contradicción con la voluntad revelada de Dios en su Palabra).

Tu adolescente puede haber reunido todos los datos, haberlos evaluado y sopesado cuidadosamente, pero sus sentimientos todavía lo empujan hacia el lado contrario de estas consideraciones. ¿Cómo puedes ayudarlo a controlar esos sentimientos? Quizá los hechos no parezcan claros y la decisión sea difícil. Se necesita una mirada externa.

El Espíritu Santo tiene sus maneras de llegar a los corazones. La oración puede ayudar a alinear sus sentimientos con lo que sabe que es correcto. El Espíritu Santo se especializa en darnos indicaciones claras: "Éste es el camino. Andad por él". El Espíritu Santo también se especializa en el trabajo oculto, en encontrar los principios. Cada decisión significativa en la vida necesita el aporte del Espíritu Santo como nuestro socio en la toma de decisiones.

La sabiduría proviene de Dios. Él responde vehementemente a nuestros pedidos por esclarecimiento. Ayuda a tus hijos a reclamar las promesas bíblicas en relación con esto (ver Sant. 1:5; Prov. 9:10; 2:6-8). Coloca estas promesas en lugares prominentes en tu hogar. Haz referencia a ellas cuando aparezcan decisiones difíciles. Los niños necesitan saber, en los ámbitos psíquico y emotivo, que Dios está profundamente interesado en cada aspecto de sus vidas y que los guiará en cada decisión. Él los llevará en sus brazos en los momentos difíciles. Él los ayudará a hacer decisiones sabias.

ESTÍMULO Y ALIENTO

Mientras los niños aprenden a tomar decisiones sabias, necesitan cantidades enormes de apoyo y estímulo por parte de sus padres. Tu aliento marcará la diferencia entre una decisión sabia y una decisión necia, y les hará saber a tus hijos que te interesas en sus decisiones.

Deja que tu hijo sepa que lo amas y *que estás orgulloso de él.* "¡Querido, estoy orgulloso de ti!" "¡Te quiero muchísimo [abrazos]!"

Afirma a tu hijo cuando hace una decisión sabia. "Manejaste bien esa decisión. Pusiste en la balanza lo positivo y lo negativo con

cuidado, y llegaste a una decisión sabia. ¡Muy bien!"

"¡Buena elección!"

Responde con sensibilidad a las elecciones difíciles de tu hijo. "Es difícil decidir hacer algo diferente de lo que tus amigos están haciendo. Quieres agradarlos y, sin embargo, sabías que estaban haciendo algo equivocado. Tomaste una decisión sabia, aunque fue difícil".

Toma nota del progreso hacia una decisión. "Ésa era una determinación difícil, pero estás progresando bien hacia una decisión".

Expresa confianza y *expectativas positivas.* "Sé que puedes hacerlo, aunque no es fácil".

Guía hacia una decisión sin ser autocrático. "Me pregunto si podrías ayudar a otros chicos a hacer una decisión sabia sugiriendo algo diferente para hacer la Noche de Brujas (Halloween)".

CÓMO MANEJAR LOS ERRORES

Los niños cometerán errores a lo largo del camino de las decisiones sabias. Espéralos. No reprendas a tu hijo por un mal paso en su juicio, y no seas demasiado rápido para rescatarlo. Permite que las consecuencias naturales se hagan cargo; son excelentes maestras.

Brenda había dado vueltas con su gran proyecto de Geografía, diciendo todos los días que todavía tenía tiempo suficiente. Ni las preguntas directas de mamá y papá acerca de sus progresos hacían impresión alguna. Ella las descartaba con un movimiento de cabeza y un "No te preocupes. Lo voy a tener listo a tiempo". Mamá y papá decidieron no decirle nada más.

La noche antes del día de entrega, Brenda sacó los materiales, los miró, y gimió. Era imposible terminarlo aunque se quedara levantada toda la noche. El profesor había prometido un emocionante viaje de estudios para todos los que entregaran en fecha el proyecto completo. ¿Qué podía hacer? Realmente quería participar de ese viaje de estudios. Nadie se ofreció a ayudarla. Todos estaban ocupados con sus propias responsabilidades. Para las tres de la mañana estaba exhausta y ni siquiera cerca de terminar. Se quedó dormida sobre el escritorio, y se despertó con un dolor que le partía la cabeza. El día del viaje, Brenda tuvo mucho tiempo para reflexionar mientras estaba sentada todo el día en la sala de estudio. La próxima vez planificaría con anticipación y ha

ría decisiones más sabias en cuanto al uso del tiempo y la preparación.

Brenda se quejó en voz alta de la injusticia de una tarea tan larga. Ella necesitaba una lección de administración del tiempo y organización; también necesitaba aprender a no culpar a los demás por los problemas que ella misma se había creado. Así que sus padres intervinieron con unas pocas preguntas precisas. ¿Cuánto tiempo antes supo del trabajo? ¿Cómo debería haber manejado la tarea? Dividirla en partes y hacer una parte cada semana le hubiera permitido terminarla a tiempo. Repasaron con ella la tarea y la ayudaron a dividirla en partes razonables como para hacer en una semana. Con esa práctica, la siguiente vez estaría lista para un trabajo de envergadura.

A veces, las consecuencias de una decisión equivocada son demasiado importantes como para permitir que un niño vaya tropezando a ciegas por el camino, tratando de manejar los efectos posteriores o ignorándolos completamente. Josué quería jugar a la pelota cerca de la casa de un vecino. Tommy se mostraba renuente, porque le habían advertido muchas veces que no jugara allí.

—No tiene importancia —instó Josué—, Podemos controlar la pelota.

Pero no pudieron o no lo hicieron, y la pelota rompió la ventana de la cocina de los vecinos. Los padres de Tommy creían en la responsabilidad, así que insistieron en que pagara el vidrio. Tommy necesitó mucho estímulo y apoyo de sus padres mientras trabajaba todos los días después de la escuela para ganar dinero a fin de pagar la ventana rota. Aprendió una lección importante acerca de las decisiones y la responsabilidad.

Las decisiones equivocadas pueden transformarse en herramientas muy útiles para el aprendizaje. Asegúrate de que tu hijo sepa que estás allí para apoyarlo y alentarlo. Aunque no elimines las consecuencias de la decisión, estarás allí para ayudarlo a soportarlas.

A veces, se puede cambiar una decisión equivocada a mitad de camino. Está allí para ofrecer tu estímulo y para discutir las alternativas ante ía menor indicación de que tu hija percibe su error y quiere cambiar. *Nunca* digas: "Te lo dije. ¡Esa fue una decisión estúpida! ¡Era hora de que te dieras cuenta!" Muchas veces, el orgullo puede obstruir el camino hacia la admisión de un error de juicio, y las palabras cortantes nunca ayudan. Tu aliento puede marcar la diferencia entre aprender de un error y negarse obstinadamente a cambiar.

REVISEMOS LAS HABILIDADES

Revisa las habilidades de tu hijo para la toma de decisiones, encerrando en un círculo el número que mejor describe su grado de habilidad. Luego, ayúdalo a crecer enseñando y practicando las destrezas necesarias.

■ REVISEMOS LAS HABILIDADES PARA TOMAR DECISIONES

Habilidad	Principiante						Experimentado
Sabe cómo reunir datos.	1	2	3	4	5	6	7
Sabe cómo evaluar los datos.	1	2	3	4	5	6	7
Piensa lógicamente desde los datos hacia las consecuencias futuras.	i	2	3	4	5	6	7
Puede hacer una lista de los datos más y menos relevantes en orden de prioridad.	1	2	3	4	5	6	7
Sabe cómo evaluar los datos.	i	2	3	4	5	6	7
Sabe cómo determinar lo bueno y lo malo.	1	2	3	4	5	6	7
Observa realistamente los asuntos claves que están en juego y la realidad de la situación.	1	2	3	4	5	6	7
Relaciona los valores con las decisiones que deben tomarse.	1	2	3	4	5	6	7
Controla los impulsos y considera el peligro.	i	2	3	4	5	6	7
Considera la Palabra de Dios cuando toma decisiones.	i	2	3	4	5	6	7

■

Habilidad	Principlante	Experimentado
Entiende la relación entre causa y efecto, y la relaciona con sus propias acciones.	1	2 3 4 5 6 7
Considera el "cerco" cuando toma sus decisiones.	1	2 3 4 5 6 7
Busca los temas y los principios implícitos.	1 2 3 4 5 6 7	
Considera cómo se verán afectadas otras personas.	1 2 3 4 5 6 7	
Ora acerca de sus decisiones.	1 2 3 4 5 6 7	
Combina el pensar y el sentir cuando toma decisiones.	1 2 3 4 5 6 7	
Analiza los errores y aprende de ellos.	1 2 3 4 5 6 7	
Sabe y siente que Dios se interesa en él y que lo ayudará con sus decisiones.	1 2 3 4 5 6 7	
Responde automáticamente a algunas decisiones relacionadas con los valores, porque ha tenido mucha práctica en tomar decisiones sabias en esa área.	1 2 3 4 5 6 7	
Recibe con agrado el desafío de tomar decisiones.	1 2 3 4 5 6 7	
Está creciendo en su habilidad de tomar decisiones sabias.	1 2 3 4 5 6 7	

ACTIVIDADES EN FAMILIA PARA FORTALECER LAS HABILIDADES RELACIONADAS CON LA TOMA DE DECISIONES

Búsqueda de datos: Dediquen una noche por mes a buscar datos. Trabajen juntos para reunir datos relacionados con un área importante de decisión.

Juego del ¿qué harías si...? Inventa situaciones semejantes a las de la vida real, que exijan pensar seriamente para poder resolverlas. "¿Qué harías si tu mejor amiga te pide que le muestres la respuesta a una pregunta de la prueba cuando el profesor sale un minuto del aula?" "¿Qué harías si un compañerito del jardín maternal viene y derriba la torre que habías construido con tanto cuidado con los bloques Lego?"

Pautas: Conversen acerca dé las pautas para elegir las actividades personales y familiares. Hagan una lista de diferentes actividades que responden a las pautas familiares.

Juego de probar los datos: Cada participante presenta un dato, imaginario o real. El resto de la familia trata de decidir si es verdadero o falso, y de dónde provino. ¿Es una fuente confiable?

Juego de sopesar los datos: Utilicen una lista de los aspectos positivos y los negativos en relación con una decisión que está tratando de tomar tu familia. La familia decide cuánto valor le asigna a cada dato. Usen una balanza, si la tienen, y pongan los datos en la balanza. Cada dato puede estar pegado a una pesa o a un bloque de diferente tamaño, para servir de demostración visual de que están sopesando los datos.

Dramatización: Dramaticen una decisión difícil que tus hijos puedan llegar a enfrentar, incluyendo las consecuencias de las diferentes decisiones.

Juego: ¿Es moral o no?: Reparte diferentes tipos de decisiones, algunas que sean estrictamente cuestión de preferencia personal, y otras que tengan un claro sí o no, o una implicación moral. Los niños pueden colocar cada decisión donde corresponda. Cualquiera puede sugerir decisiones.

Juego: ¿A quién le afecta?: Describe diferentes tipos de decisiones y pregunta: "¿A quién le afecta esta decisión?" Recorta fotos de un catálogo y pégalas sobre cartón, o usa muñecos de papel o figuras de personas de fieltro. Pide a los niños que seleccionen las personas que son afectadas por esta decisión, si es que las hay. Ordénenlas en

una representación visual de quién es afectado por esta decisión y en qué medida. Asigna lugares para "no afecta a nadie", "afecta un poquito", y "afecta mucho", o cualquier otro rótulo que pueda soñar la creatividad de tu familia.

Pautas: Encuentren versículos bíblicos que provean pautas para diferentes tipos de decisiones. Copíenlos en tarjetas, para pegar en diferentes lugares de la casa.

■

CLAVES PARA TOMAR DECISIONES

1. Establece un cerco, apropiado a la edad de tu hijo, dentro del cual se puedan tomar decisiones.
2. Provee amplias oportunidades para practicar la toma de decisiones.
3. Enseña a tu hijo habilidades para la toma de decisiones: cómo reunir datos, evaluarlos y sopesarlos.
4. Enseña a tu hijo cómo descubrir si hay un claro sí o no de acuerdo con la Palabra de Dios.
5. Practiquen encontrar el principio que debería guiar la decisión en cuestión.
6. Consideren a las otras personas que podrían ser afectadas por esta determinación.
7. Ora con tu hijo acerca de la decisión.
8. Proporciónale abundante aliento y apoyo.
9. Maneja los errores con cuidado. Permite que sufra las consecuencias naturales. Provéele tu guía, para que tu hijo pueda aprender del error.
10. Alienta las actividades familiares que fortalecerán las habilidades para la toma de decisiones.

No *es difícil tomar decisiones cuando sabes cuáles son tus valores.*
—Roy Disney

DIOS

VIVE los valores ENSEÑA los valores PROTEGE la mente de tu hijo

DIFERENCIA claramente lo bueno de lo malo DESARROLLA el respeto propio

y la confianza BRINDA muchas oportunidades para ejercitar la toma de

decisiones MUESTRA a tu hijo cómo manejar la presión de los pares

HAZ QUE DIOS SEA ALGO REAL

Capítulo 9

Muestra a tu hijo cómo manejar la presión de los pares

***Cuando Pedro le vio, dijo a Jesús: Señor, ¿y qué de éste? Jesús le dijo: Si quiero que él quede hasta que yo venga, ¿qué a ti? Sígueme tú* (Juan 21:21, 22).**

La presión de los pares es muy semejante al huracán Georges, que azotó el Caribe en 1998. La tormenta causó, por lo menos, dos mil millones de pesos en daños solamente en Puerto Rico, donde vivía nuestro hijo. Sin embargo, se perdieron muy pocas vidas en la isla, porque estaban preparados. Los portorriqueños han trabajado mucho en los últimos años para construirse casas hechas con bloques de cemento sobre cimientos firmes. Casi todas las casas tienen persianas de metal en las ventanas, que pueden utilizarse para aislarse de las tormentas. Las ventanas de la casa nueva de nuestro hijo estaban garantizadas para soportar vientos con la fuerza de un huracán. Cuando nosotros vivimos allí hace treinta años, muchas personas vivían en casas de madera, presa fácil para las fuerzas destructoras de los huracanes.

Un alerta de huracán hace que la gente salga corriendo a asegurar sus hogares. Muchas personas tienen tablas especialmente preparadas para cubrir grandes áreas de vidrio, con lugares determinados para atornillarlas a la estructura de la casa. Se almacenan agua, velas y alimentos. Algunas personas poseen sus propios generadores a gasolina, para tener energía eléctrica en caso de emergencias.

El ojo del huracán se cernió sobre Mayagüez, en el lado occidental de la isla, durante varias horas. Muchas personas quedaron sin electricidad, agua ni teléfono durante meses luego del huracán. No obstante, se perdieron pocas vidas. ¿Inconvenientes? Sí. ¿Pérdida de árboles y jardines? Sí. ¿Pérdidas de vidas? No. El secreto: preparación.

La presión de los pares azota a los chicos como un huracán, con toda la fuerza y el potencial de "matar" emocionalmente. Pero, las familias que han preparado a sus hijos, construyendo sobre los cimientos sólidos de valores y habilidades específicas para desviar la presión de los pares, soportarán el asalto. ¿Unos pocos tumbos? Sí. ¿Pérdida de carácter y de la visión de la vida? ¡No!

La presión de los pares comienza en el preescolar, y el paso se acelera al atravesar la niñez, la adolescencia y la juventud. Aunque la intensidad disminuye luego de la juventud, los adultos a veces también la sienten. Esta influencia no es un invento del siglo XX ni un truco especial del siglo XXI; ha estado presente desde Caín y Abel, pero muchos expertos sienten que ha aumentado durante las últimas tres décadas. ¿Qué puedes hacer para ayudar a manejar la creciente presión de sus pares que tu hijo siente cada día?

¿Cuán vulnerable es tu hijo a la presión de sus pares? Existen muchos factores que la determinan, incluyendo la personalidad de tu hijo. Los niños más vulnerables son lo que están alienados de sus familias. Actúan con aburrimiento o apatía, y tienen una autoimagen pobre y carecen de respeto propio. Tampoco están muy comprometidos con la escuela. Son estudiantes marginales, en la orilla de la comunidad escolar; no están involucrados realmente.

Si tu hijo ha estado en un jardín maternal con muchos otros niños la mayor parte de sus horas de vigilia, desde que era muy pequeño, es probable que busque la aprobación de sus pares para sus acciones. Es más vulnerable a la presión de sus pares que los niños que han pasado más tiempo con adultos.

El cambio de escuela, la mudanza a un nuevo lugar o el cambio de cultura hacen que los niños sean presa fácil de la presión de los pares. Quieren "encajar" y encontrar amigos, así que es probable que hagan cualquier cosa que alguien sugiera. Los niños de familias disfuncionales, que no los apoyan, son convencidos fácilmente de unirse

a una pandilla. Anhelan "pertenecer", y la pandilla les proporciona ese sentimiento.

Algunos niños parecen necesitar dosis significativas de aprobación de parte de otros niños. Otros se encogen de hombros y no les importa nada. Nuestro hijo era perfectamente feliz con unos pocos buenos amigos; no parecía importarle qué hacía el resto del mundo. Tenía buenos amigos y se apoyaban unos a otros. Por otro lado, nuestra hija quería conocer y agradar a todo el mundo. Era definitivamente más vulnerable a la presión de los pares. Sin embargo, entró en el colegio secundario con la reputación de ser una "buena chica". Aunque algunos alumnos de su colegio cristiano probaron las drogas, me dijo que nadie jamás le ofreció a ella. Ni siquiera sus amigas más íntimas sugerían que participara en hechos que sabían que ella no querría hacer. La reputación de un niño, adquirida anteriormente, puede ser muy protectora. Ayudar a tu hijo a enfrentar las presiones de los pares comienza muy temprano en la vida.

AUMENTA LA INFLUENCIA DE LA FAMILIA

La influencia de la familia es una clave importante para prevenir la presión de los pares. Sharon Scott, una experta nacionalmente reconocida en el tema y autora del libro *Peer Pressure Reversal* [Reversión de la presión de los pares], sugiere que los siguientes cambios de la sociedad han aumentado su incidencia al disminuir la influencia de la familia sobre el niño en desarrollo. Estas tendencias han disminuido la calidad y la cantidad de la interacción adulto-niño. En otras palabras, los niños no pasan tanto tiempo con los adultos como solían hacerlo antes. Cuando los niños pasan la mayor parte de su tiempo con otros niños, la presión de los pares es más fuerte. El tiempo pasado con adultos ayuda a moderarla.

Las familias son más móviles, así que los vecindarios carecen de unidad. En tiempos pasados, los vecinos cuidaban de los niños de todos. Hay menos familias que vivan cerca de sus familias extendidas. Anteriormente, los abuelos, las tías, los tíos y los primos, todos se cuidaban unos a otros. Era más difícil para los niños salirse con la suya cuando tantas personas podrían saberlo.

El aumento de familias monoparentales y de familias con ambos

padres que trabajan ha disminuido en gran manera la cantidad de tiempo que los niños pasan con sus padres. Las mamás y los papás sencillamente están demasiado ocupados para estar con sus hijos mucho tiempo. En consecuencia, los niños se encuentran solos con sus pares. La semana de trabajo promedio en los Estados Unidos ha aumentado en varias horas durante las últimas dos décadas. Los padres esperan que sus niños sean independientes, confiados en sí mismos, para no tener que prestar demasiada atención a lo que está ocurriendo. Todas las revistas populares hablan de los niños confiados en sí mismos, que pueden cuidarse solos. Esta parece ser la principal meta de los padres en este momento.

Los adolescentes –y niños menores– que vemos en la televisión proporcionan, predominantemente, modelos negativos. Los adolescentes de verdad –y los niños menores– sienten la presión de ser como los chicos de la televisión. Las estrellas del *rock,* de las películas y de los deportes, en general, no son modelos positivos para los niños de hoy. La avaricia y el sexo desenfrenado e irresponsable son la norma. La fácil disponibilidad de bebidas alcohólicas y otras drogas aumenta la presión de ser parte de la pandilla.

Scott señala que aun algunas cosas positivas pueden tener su lado negativo en la vida familiar. Los aparatos eléctricos –lavaplatos, computadoras, videojuegos, televisor, radio, grabadores portátiles– separan a las familias. No teníamos máquina lavaplatos cuando nuestros hijos estaban en la escuela elemental, así que lavábamos juntos la loza. Mientras lavábamos los platos, conversábamos, aprendíamos cantos, inventábamos una nueva letra para los cantos que sabíamos y tratábamos de divertirnos al hacer esta tarea diaria. La mayor parte del tiempo era absolutamente tiempo de calidad el que pasábamos juntos. En cambio, no se requieren varias personas para ordenar la cocina y cargar la máquina lavaplatos; se puede hacer en pocos minutos.

En los hogares que están llenos de aparatos electrónicos y máquinas para ahorrar tiempo, cada persona vive en su propio mundo, sin comunicarse con los demás miembros de la familia, disminuyendo así el tiempo que los niños y los adolescentes pasan con los adultos. Se pierde un tiempo valioso que podrías usar para transmitir tus valores.

Disminuir las influencias de la sociedad es un factor importante

para ayudar a nuestros hijos a afrontar la presión de los pares. ¿Qué pueden hacer las familias cristianas para disminuir su impacto? ¿Qué puede hacer tu familia? Lee otra vez los párrafos anteriores y piensa en cada aspecto. ¿Qué puedes hacer para disminuir esa mala influencia en tu familia? ¿Qué puedes hacer para aumentar la cantidad de tiempo que tus hijos pasan con gente adulta y disminuir el tiempo que pasan con sus coetáneos? Sharon Scott sostiene que ésta es una clave importante para reducir el poder de la presión de los pares.

Hace poco, conversé con un ex alumno, quien me dijo que se estaban mudando. ¿Por qué? A él y a su esposa les agradaban sus trabajos y el lugar donde vivían, pero habían decidido que querían que sus hijos se criaran cerca de sus abuelos. Deseaban la influencia de su familia extendida, así que buscaron trabajo cerca de ella; habían tomado la decisión de aumentar la influencia familiar, y los felicité. ¿Qué puedes hacer tú para aumentar la influencia familiar?

Cuando tu hijo sale a enfrentar al mundo, lo fundamental, a menudo, será cuán rápidamente cede a esta presión. Necesitas tener planeado un programa para inmunizar a tus hijos contra la presión de los pares.

Comienza temprano con la idea de que, a veces, no podemos hacer lo que todos los demás están haciendo. Elegimos ser diferentes porque Dios quiere que lo seamos. Explica que seguir a la multitud, a menudo, no es el camino de Dios. Él nos ha advertido acerca de la multitud. Jesús dijo que las grandes multitudes caminan por el camino de la destrucción, pero que muy pocos caminan por el sendero la vida eterna. Somos individualmente responsables ante él. A veces, elegiremos ser diferentes.

La mayoría de los norteamericanos quieren que sus hijos sean sociables y populares, y que pasen mucho tiempo con sus pares. Muchos padres miden su éxito como tales por el grado de popularidad de sus hijos con su grupo. Sin embargo, algunos niños no encajan en el molde. Son diferentes; sus intereses no armonizan con los de otros niños de su edad. Prefieren leer un libro o desarrollar un programa de computadora que dar vueltas con el grupo. En realidad, la influencia de los pares sobre esos niños es mucho menor, porque ellos ya han elegido ser diferentes y no hacer lo que todos los demás están haciendo. Agradece que tu hijo quiera caminar al compás de un tambor diferente. Muchas familias

enseñan la escuela en casa a sus hijos por esta misma razón; no quieren que hagan lo que todos los demás están haciendo.

¡Haz tu propaganda temprano! Conversen acerca de las actividades de la adolescencia antes de que tu hijo sea adolescente. Establece cuáles son tus expectativas en relación con su conducta antes de que comience la agitación. Conversen acerca de la presión de los pares y sus efectos. Hablen de los novios o "amigovios", la ropa, los autos y las salidas mucho antes de que las hormonas transformen a tu hijo en un extraño. Explora los principios que guiarán la selección de sus entretenimientos. Consideren cómo elegir a los amigos. Prepárate para la zambullida en el río que separa la niñez de la adultez antes de que tu hijo llegue a la orilla. Entonces es demasiado tarde para dar clases de natación. ¡Prepárense, prepárense, prepárense!

Estimula una orientación familiar en lugar de una orientación hacia los pares. Las investigaciones sobre el abuso de drogas han señalado que los jóvenes que tienen una orientación más fuerte hacia la familia son menos propensos a abusar del alcohol y de las drogas o sucumbir a la presión de los pares en otros aspectos. Cuanto más fuertes sean los vínculos del niño con su familia, más influencia tiene la familia para establecer valores. Si tu estructura familiar es débil –y lo sabes–, ¡corre, no camines, hacia el consejero cristiano más próximo, y comienza a cambiar la situación hoy! Necesitáis una familia fuerte ahora, por el bien del futuro de tus hijos.

Si tu estructura familiar básica es fuerte, pero, sin pensarlo, has comprado la idea de que los niños necesitan estar con sus pares la mayor parte del tiempo, prueba algunas de las siguientes sugerencias para fortalecer los lazos familiares.

Estimula la participación activa en actividades que valgan la pena. El niño que participa en actividades extracurriculares –toca en una banda, trabaja en el periódico del colegio, o como consejero o mentor de sus pares– y está activo en algún programa de servicio voluntario en la iglesia o en la comunidad, se hará de amigos que también están involucrados en esas mismas actividades. Generalmente, serán chicos que tienen una influencia positiva sobre los demás.

Mientras tu hijo está todavía en la escuela primaria, ayúdalo a aprender algunas habilidades que le abran las puertas a actividades que

■

CÓMO FORTALECER LOS LAZOS FAMILIARES

1. Interésate en lo que hace tu hijo. Hazle preguntas. Participa con él en lo que le interesa.
2. Cultiven ***hobbies*** e intereses familiares juntos.
3. Ve un paso más adelante. Planifica actividades familiares interesantes. Anima a tus hijos a planear actividades para toda la familia.
4. Limita el tiempo que pasa con los pares, en favor de actividades en familia.
5. Invita a otros niños a hacer cosas con tu familia. Dales la bienvenida a los amigos de tus hijos en tu hogar.
6. Llena tu casa de actividades que les agradan a los niños: juegos, mesa de ping-pong, aro de básquetbol, manualidades, ***hobbies***, discos compactos. Anota a la familia como miembros de lugares interesantes, de modo que tus hijos puedan llevar a sus amigos con ellos.
7. Cultiva tu amistad con tus hijos. Programa una salida especial con cada uno de tus hijos, por lo menos una vez cada dos semanas.
8. Sé creativo, a fin de encontrar tiempo para estar con tus hijos.
9. Respeta la creciente madurez de tus hijos.
10. Haz que tu hogar sea el lugar más atrayente del mundo. Man- tén la casa ordenada, y el refrigerador y el tarro de galletitas lleno. Presenta un mensaje de calidez y bienvenida.

valgan la pena en la escuela secundaria. Tales habilidades le proporcionan satisfacción, reputación y participación en actividades constructivas, y proveen oportunidades para que se haga amigo de "chicos buenos". La persona a la que se respeta por su habilidad en alguna área, a

menudo es más respetada en relación con otras decisiones también. Los trabajos después de la escuela -cortar el césped, cuidar niños, repartir periódicos o vender un producto- enseñan responsabilidad y les dan confianza propia a los niños. Le enseñan a los niños cómo manejar situaciones en las que hay personas involucradas.

Ayuda a tu hijo a vestirse en forma atractiva y a saber qué hacer en situaciones sociales. El niño que se siente seguro en situaciones sociales es mucho menos probable que se sienta abrumado por la presión de sus pares. Sabe cómo manejar las cosas. Es respetado por los otros chicos, "pertenece", aunque no siempre esté de acuerdo con lo que el grupo quiere hacer.

Ayuda a tu preadolescente a aprender a seleccionar ropa atractiva, que se adecúe a su personalidad y tipo de estructura física. Utiliza las noches en familia para practicar buenos modales y aprender cómo comportarse cuando sale con personas del sexo opuesto. Los chicos mayores pueden enseñar a los hermanos menores. Busca buenos libros sobre el tema en la biblioteca. Ejemplifica en casa habilidades sociales.

Establece pautas claras de conducta para tu hijo. "Mi papá dijo que no puedo" es un buen apoyo para la decisión de un niño. La familia es la guardiana de las normas. Investigaciones del Search Insti- tute señalan que los adolescentes con una fe madura y con actitudes positivas hacia la iglesia generalmente provienen de familias que mantienen normas claras de conducta y que las hacen cumplir. Esta investigación muestra que los adolescentes aceptan las normas de su familia mucho mejor que las de la iglesia o la escuela. ¡Mamás y papás, está en nuestras manos!

Se requiere pasar mucho tiempo sobre las rodillas y con el Libro de Dios para poder diferenciar entre los temas morales en relación con los cuales debemos adoptar una posición clara y las modas culturales pasajeras, que no tienen verdaderas implicaciones morales, aunque sean diferentes de la forma en que nosotros hacíamos las cosas. Y exige mucho tiempo más sobre nuestras rodillas adquirir paciencia y energía para permanecer del lado de nuestras convicciones, y hacer que se cumplan las consecuencias de su incumplimiento. ¡Ser padres no es para débiles! Es el trabajo con más desafíos del mundo.

Anima a tu hijo a comprometerse por adelantado con los

valores. Cuando tu hijo dirige su mirada hada el séptimo y el octavo años en el colegio, conversa seriamente con él acerca de las presiones de los años de la adolescencia. Lleva a tu hijo a comer afuera, solo con papá y mamá. Ten una charla de corazón a corazón acerca de la pureza sexual y de los gozos de guardarse para su noche de bodas. Si llegaste virgen al casamiento, lo que digas tendrá un tono de autenticidad. Si no fue así, piensa cuidadosamente cómo responderás si tu hijo te pregunta: "¿Eras virgen cuando te casaste?" Se necesita dar una respuesta honesta: "No, y siempre lo he lamentado. Quiero que tú tengas la **felicidad** que yo no tuve". Dale a tu hijo una muestra visible de esa pureza. Para una niña, por ejemplo, podría ser un prendedor en forma de corazón con sus iniciales y la fecha grabadas en la parte de atrás, que ella podrá regalarle a su esposo la noche de bodas, como señal de la pureza que trae a su relación. Si es niño, prepara una taijeta bonita (fácil de componer con la computadora) con un versículo bíblico y un compromiso de virginidad que tu hijo puede firmar. Sugiere a tu hijo salir juntos cada año en su cumpleaños, para renovar su compromiso. Ser responsable ante la familia reduce en gran manera la presión de los pares.

Un compromiso por adelantado ayuda muchísimo con algunas de las decisiones más difíciles: No tomaré drogas. No fumaré ni usaré alcohol. Las decisiones firmes hechas por anticipado ayudarán a hacer más fácil atravesar victoriosamente el momento de la presión. No dejes estas decisiones libradas al azar. Haz todo lo posible para animar a tu hijo a hacer promesas firmes basadas en valores sólidos.

Enseña a tu hijo a reconocer y responder a la presión de los pares. Sharon Scott, en *Peer Pressure Reversal,* sugiere que un niño, después de reconocer que está en una situación de presión de los pares, necesita tener las herramientas necesarias para salir de la situación en treinta segundos. De otra manera, sucumbirá a la presión. Escapar de una situación desagradable en treinta segundos significa que tu hijo necesita algunas respuestas automáticas, que pueda usar casi sin pensar. Debe practicarlas con anticipación, para poder convertirlas en algo automático.

Los niños sienten la mayor presión de parte de sus amigos íntimos y de su novio/novia. Tales situaciones son las más difíciles de rechazar, porque tu hijo teme perder la amistad. Las herramientas para salir de

ellas sin perder la amistad realmente se compensarán aquí.

Primer paso: Enseña a tu hijo a reconocer las tácticas de apremio. Comenzando cuando tu hijo tiene alrededor de 6 ó 7 años (o antes), enséñale qué señales buscar, que sugieran que otros niños están tratando de hacer que él haga algo que no debería hacer. Pídele que preste atención, en el patio de juegos o cuando está con sus amigos, para comprobar si se puede dar cuenta cuándo alguien está presionando a otros niños. ¿Qué dice él mismo cuando desea convencer a un amigo de hacer algo?

Las palabras exactas varían con cada generación de niños y con cada cultura, pero el mensaje subyacente es el mismo: "¡Haz lo que yo quiero, o si no me burlaré de ti!" "¡No vas a ser más mi amigo!" En forma figurada, los niños están diciendo: "¡Te voy a destruir!" Si tu hijo no puede pensar en alguna palabra "dinamita", sugiérele algunas de tu niñez o que hayas oído recientemente: "gallina", "bebé", "nene de mamá". Esto generalmente lo hará pensar. Hagan una lista de esas palabras o frases "dinamita". Repasen muchas veces estas tácticas de apremio, hasta que el niño las reconozca rápidamente. Practiquen expresando afirmaciones que presionan o que no lo hacen. Vean cuán rápidamente puede tu hijo reconocer las frases "dinamita". Debiera sonar una campana en su cabeza inmediatamente: "¡Dinamita! ¡Tengo que tener cuidado!"

El lenguaje corporal y el tono de la voz también son grandes claves para reconocer situaciones "dinamita". Descubre junto a tu hijo cómo actúan otros niños cuando están presionando: cambiando el tono de la voz, acercándose mucho para que los adultos no puedan escuchar, dando miradas furtivas, etc. Dramaticen algunas de estas situaciones, para que tu hijo pueda reconocer inmediatamente "situaciones dinamita" por medio de las palabras que se dicen, el tono de la voz o el lenguaje corporal.

Tan pronto como reconoce una "situación dinamita", debe pensar en las consecuencias de ceder. ¿Se meterá en problemas con alguien? ¿Estará transgrediendo alguna regla? ¿Está prohibido en los mandamientos de Dios? Tiene que pensar todo esto muy rápidamente y llegar a una conclusión: No quiero hacer esto, o esto está bien.

Segundo paso: Enseña a tu hijo cómo responder a las

tácticas de apremio. Recuerda: tiene treinta segundos para salir de la situación, o es probable que ceda a la presión. Tiene sólo dos oportunidades de decir no; después de eso, debe alejarse de la escena, de acuerdo con Scott. Las técnicas de respuesta necesitan practicarse hasta que se vuelvan automáticas. (Vea en el libro de Scott más detalles acerca de cómo enseñar y repasar las respuestas.)

La respuesta de tu hijo a la presión necesita ser adecuada a su personalidad. Algunos niños pueden desarmar una situación negativa con un chiste, pero otros se darían de narices contra el suelo si intentaran hacer un chiste. Conoce a tu hijo y qué es lo que le resulta más cómodo. Asegúrate de que tenga, por lo menos, cuatro o cinco opciones. Sus opciones, básicamente, se encuadran en tres categorías: decir que no, ser gracioso o devolver la pelota.

Demos una mirada rápida a estas respuestas. Hay muchas maneras de decir que no. Tu hijo puede decir simplemente: "No", "noooo", "ahora no", "no puedo", "olvídalo", "hoy no". También, puede alejarse de la situación, irse, actuar ofendido, alejarse disimuladamente, alejarse con seguridad. Puede hacer como que no escuchó, ignorar totalmente la sugerencia y seguir adelante con alguna otra cosa. También puede decir que no, presentando una excusa: mis padres no me dejan, tengo otros planes, no tengo ganas, tengo que hacer tareas. Adiós.

Ser gracioso requiere un poco más de habilidad, pero el humor es una habilidad que se puede aprender. Los niños responden bien al humor. Puede ser gracioso ofreciendo una excusa realmente alocada: "¡Tengo que hablar con mis plantas o cepillarle los dientes a mi canario!" "No puedo, el FBI viene a consultarme por un trato", o "el director me llama para consultar conmigo cómo administrar el colegio". O puede actuar como totalmente conmocionado: "¡No puedo creer que harías eso!" Los chistes son obviamente ridículos. Los otros chicos se ríen y se afloja la tensión, pero reciben el mensaje: no quiere hacer lo que han sugerido.

Él también puede devolver la pelota cambiando abruptamente de tema: "¡Hey, vamos a mi casa a escuchar mi nuevo CD!" También puede devolver la táctica de apremio: "¿Gallina? Se necesita una para reconocer a otra. Si quieres ser mi amiga, mejor no preguntes eso".

Cualquier tipo de respuesta requiere práctica, hasta que el niño se

sienta realmente cómodo dándola. Necesita hacerlo con aplomo y seguridad. Repasen reiteradamente los pasos de cómo escapar de una situación negativa: hacer tu afirmación (no más de dos respuestas), darse vuelta y alejarse sin más comentarios o argumentos. Alejarse con dignidad y seguridad, y avanzar hacia otra actividad. Enfatiza la regla de los treinta segundos: ¡entrar y salir de una mala situación en treinta segundos!

La investigación acerca de cómo influimos sobre el pensamiento de otro sugiere que es más fácil dominar a un grupo si expresamos nuestra convicción al comienzo. Si presentas tus ideas en forma positiva, otros probablemente te seguirán. Enseña a tu hijo esta técnica. Dale un repertorio de ideas positivas, en relación con actividades que puede sugerir en lugar de las negativas. Practicar las ideas en casa hasta que se vuelvan casi automáticas prepararán al niño para enfrentar con éxito la presión negativa de los pares. Y asegúrate de que sepa cómo conectarse contigo y que siempre tenga monedas para hacer llamadas telefónicas. La frase "¡Ven a buscarme!" debería enviarte en una misión de rescate sin hacer preguntas.

Inspira en tus hijos altos ideales provenientes de la Palabra de Dios. Necesitan un claro "Así dice el Señor" para respaldar los principios que les has enseñado. Busquen juntos en la Palabra de Dios pautas para resolver las situaciones que tu hijo debe enfrentar. Desafíalo a vivir en relación con Dios todos los días. Demuéstrale cómo hacer lo. Comparte tu propio andar con el Señor, durante los momentos difíciles así como también en los gloriosos. Cuando Jesús es tu mejor amigo, es mucho más fácil decir que no a los otros amigos que quieren que hagas algo que ofendería a tu mejor Amigo.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Cultura: Ten una conversación de corazón a corazón con tu cónyuge (o hazlo solo, si eres un padre solo). Observa los aspectos culturales que separan a los niños de los adultos. ¿Qué puedes hacer para aumentar el tiempo que pasan con los adultos y disminuir el tiempo que pasan con sus pares? Decide algo que harás para darte a ti y a tus hijos más tiempo juntos.

Propaganda: Elige un tema de las "propagandas" para discutir

durante la noche de familia: ¿Qué es la presión de los pares? ¿Cómo afecta a los niños? ¿Cómo es tener un novio o novia? ¿Qué pueden hacer cuando salen? ¿Qué tienes que saber antes de poder manejar un auto? ¿Qué tipo de entretenimientos (recreación) re-crearán realmente nuestro cuerpo y mente? ¿Qué tipo de personas constituyen buenos amigos?

Introducción a la adolescencia: En el cumpleaños número trece de tu hijo, planeen un tiempo a solas con mamá y papá. Coman algo especial. Dialoguen acerca de las responsabilidades de un adolescente y las que se tienen al crecer. Hagan una lista de las habilidades que necesitará desarrollar antes de que se gradúe de la enseñanza secundaria y salga a trabajar o a la universidad. Decidan cuáles son apropiadas para este año. Desarrollen un plan. Revisen cada año los progresos, y agreguen otras habilidades a la planificación.

Hobby **familiar:** Tomen un voto familiar de un nuevo hobby que quisieran desarrollar juntos. Aparten tiempo para comenzarlo.

Tiempo a solas: Programa una salida con cada uno de tus hijos, por lo menos una vez cada dos semanas. En esa salida, el niño elige qué hacer y adonde ir.

Apariencia personal: Asiste a un taller de coordinación de colores, o pide a un profesional que analice los colores más apropiados para cada miembro de la familia. Aprendan luego a elegir ropa que se adecúe a esos colores. Secreto: cuando todos los colores combinan, necesitas menos ropa, pero parece que tuvieras más.

Presión de los pares: Enseña habilidades para manejar la presión de los pares. Hagan esto como familia, incluyendo a los niños menores y a los mayores. Usen algunas de las ideas de este capítulo o sigue un libro que hable del tema. Consulta en una librería cristiana.

Amistad con Jesús: Lean juntos, como familia, un libro que trate acerca de la oración efectiva. Practiquen lo que han aprendido. Comiencen un diario de oración familiar, en el cual escriban los pedidos de oración y las respuestas.

Amistad con Jesús: Decidan en qué momento del día todos los miembros de la familia tendrán su tiempo personal a solas con Jesús. Los primeros quince minutos luego de despertarse funciona bien en muchas familias. Hablen de qué hacer en este tiempo. Ayuda a cada

niño a preparar un canasto con los materiales para su tiempo con Jesús: casetes, libros, Biblia, diario. Aun los niños muy pequeños pueden disfrutar de un tiempo especial con Jesús.

■

CLAVES PARA TRATAR CON LA PRESIÓN DE LOS PARES

1. Aumenta el grado de la influencia familiar.
2. Comienza temprano a inculcar la idea de que a veces no podemos hacer lo que todos los demás están haciendo.
3. Haz temprano tu propaganda.
4. Alienta una orientación del niño dirigida a la familia más que a los pares.
5. Estimula la participación activa en actividades que valgan la pena.
6. Establece pautas claras para guiar la conducta de tu hijo. Consérvalas. Provee consecuencias para el momento en el que no se cumplan.
7. Estimula a tu hijo a que se comprometa con los valores por adelantado.
8. Enséñale cómo reconocer y responder a la presión de los pares.
9. Inspíralo con los altos ideales de la Palabra de Dios. Estimula una relación personal con jesús.

Aves del mismo plumaje se juntan –Proverbio americano

SEGUNDA PARTE

LOS FRUTOS DEL ARBOL DE LOS VALORES

Cómo ayudar los niños a aprender valores específicos

LOS VALORES COMIENZAN CON DIOS

Todos los valores crecen en el suelo del amor.
El amor de Dios, plantado en el corazón, se expresa en estos valores. Le dan sustancia al amor.

El amor se goza de la verdad El amor no se goza de la injusticia El amor todo lo cree	Fe en Dios
El amor no hace nada indebido	Respeto
El amor nunca deja de ser El amor es sufrido	Responsabilidad
El amor es benigno El amor no guarda rencor	Bondad y compasión
El amor se goza de la verdad No hace nada indebido	Honestidad e integridad
El amor no busca lo suyo El amor no es jactancioso El amor no se envanece	Humildad
El amor no se irrita El amor todo lo sufre El amor todo lo espera	Dominio propio Paciencia y perseverancia
El amor no tiene envidia	Contentamiento y gratitud
El amor todo lo espera El amor nunca deja de ser	Lealtad y compromiso

–*1* Corintios *13*

Capítulo 10

Fe en Dios

> ***Así que la fe es por el oír, y el oír, por la palabra de Dios*** **(Rom. 10:17).** ***El fruto del Espíritu es [...] fe*** **(Gál. 5:22).**

Alisha, de 3 años de edad, tenía una expresión de perplejidad en su rostro mientras su familia se acomodaba en el banco de la iglesia, esperando que comenzara la reunión. Pronto, la mamá sintió que le tiraban de la manga, y escuchó el susurro de Alisha:

–Mami, la maestra dijo que la iglesia es la casa de Dios. ¿Adonde está su cama? ¿Dónde cocina?

La mamá trató de esconder su diversión detrás de una sonrisa, mientras respondía:

–Te lo explicaré después del culto.

Alan, de 9 años, lloraba desconsoladamente. Había perdido el cuchillo especial de caza que su papá le había fabricado con acero duro y cuero. Cuando comenzó a cruzar el campo de alfalfa aledaño a su casa, el cuchillo estaba abrochado en forma segura a su cinturón. Pero, cuando llegó al otro lado del campo, había desaparecido. ¿Cómo podría encontrarlo en un campo de alfalfa? La mamá lo abrazó, y le dijo confiadamente:

–Llamemos a toda la familia, y oraremos para que Dios nos ayude a encontrar tu cuchillo. Él sabe exactamente dónde está en este momento.

Así que la familia se reunió, y todos oraron para que Dios los ayudara a encontrar el cuchillo. Luego, todos salieron a buscarlo, tratando de cubrir todo el recorrido que Alan pensaba que había hecho. ¡Un grito de triunfo! El papá había encontrado el cuchillo entre las plantas de alfalfa. Otra reunión familiar. Más oraciones; pero esta vez grandes sonrisas iluminaban todos los rostros, y todas las oraciones repetían "Gracias, Dios".

Liza, nuestra nieta de 14 años, está enfrentando una mudanza importante. Ha vivido toda su vida en una hermosa isla del Caribe. Ahora, sus padres han decidido volver a los Estados Unidos. Hace poco, me envió un e-mail con este mensaje: "La idea de mudarme me asusta. Me pregunto todo el tiempo si les voy a caer bien y si haré amigos. Todo esto me asusta, pero sé que me va a gustar cuando llegue allá. Dios estará conmigo, y me va a ir bien". Ella está dependiendo claramente de Dios para que la ayude a sobrevivir a este cataclismo. Sus padres le han transmitido su propia fe en Dios. Yo los he oído decir: "Dios nos guiará. Él tiene todo bajo su control".

Tres, 9 ó 14 años. No importa. Todo forma parte de transmitir a nuestros hijos nuestra fe en Dios; uno de los mayores gozos y, a veces, uno de los problemas más grandes de la paternidad.

La fe en Dios es uno de los valores más importantes que puedes transmitir a tus hijos. Es la base de todos los demás valores. Sin ella, los valores carecen de significado y sustancia. Se transforman en cosas que hacemos -acciones exteriores- en lugar de fluir naturalmente de Dios hacia nuestros corazones y mentes. Los valores comienzan con Dios. Haz tu mejor esfuerzo para guiar a tus hijos hacia la fe en Dios. Para comenzar, considera qué aspecto tiene la fe en Dios en la vida cotidiana.

CUANDO TENGO FE EN DIOS...

Creo que Jesús murió en la cruz para salvarme, porque me ama y quiere que esté con él para siempre.

Creo lo que Dios me dice en su Libro, la Biblia. Sé que quiere que obedezca sus palabras.

Confío en que Dios me dirigirá y guiará mi vida.

Sé que Dios me ayudará cuando esté en problemas. Estoy seguro de que me mostrará qué debo hacer.

Esperanza

Confianza

Creencia

Seguridad

Convencimiento

Sé que Jesús me perdonará todos los errores que cometa y que cubrirá mis pecados con su vida perfecta.

Quiero que Jesús sea mi mejor amigo. Quiero que camine conmigo todos los días, que sostenga mi mano y que me levante cuando tropiece o caiga.

Jesús me da el valor para vivir mis convicciones, aunque sea difícil, porque él siempre está conmigo.

CÓMO CONSIDERA DIOS LA FE

La fe es un regalo de Dios para cada individuo. Él promete darnos fe, si se la pedimos. No podemos "fabricar" fe por nosotros mismos; Dios nos la da. La fe significa creer que Dios estará contigo aun cuando no puedas vislumbrar qué es lo que te espera al dar vuelta la siguiente esquina de tu vida. Dios honrará tu fe.

Personajes bíblicos

Utiliza esta guía con tus hijos:

Hebreos 11 es llamado el capítulo de la fe. Habla de muchas personas que hicieron cosas sobresalientes por causa de su fe en Dios. ¿Cuántas personas se mencionan en Hebreos 11 por su fe? Hagan una lista de estas personas. Busquen luego, en la Biblia, sus historias completas. Comenten acerca de la fe de cada personaje. Su fe les inspiró mucho coraje, y muchos hicieron cosas extraordinarias para Dios. ¿Qué otras cosas, que no se mencionan en este capítulo, hicieron gracias a su fe? ¿Hubo momentos en los que estas personas olvidaron su fe en Dios? ¿Qué pasó? ¿Qué hizo Dios cuando ellos se olvidaron de él? Elige a tu "personaje de fe" preferido. Averigua todo lo que puedas acerca de esa persona. Busca en un diccionario bíblico, en una concordancia o en una enciclopedia bíblica. Quizá tu biblioteca tenga algún libro que hable de esa persona. Crea algo en relación con esa persona: un dibujo o una pintura, una escultura, un relato, una dramatización, un poema, una manualidad, etc.

CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A DESARROLLAR LA FE

Aunque la fe es un don de Dios, hay muchas cosas que puedes hacer en tu familia para ayudar a tus hijos a aceptar ese regalo.

Es, pues, la fe la certeza de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve. Hebreos 11:1.

[...] Vivo en la fe del Hijo de Di-os, el cual me amó y se entregó a sí mismo por mí. Gálatas 2:20.

[...] Tomen el escudo de la fe, con el cual pueden apagar todas las flechas encendidas del maligno. Efesios 6:16, NVI.

Pelea la buena batalla de la fe. 1 Timoteo 6:12.

[...] ¡Sé fuerte y valiente! ¡No tengas miedo [...]! Porque el Señor tu Dios te acompañará dondequiera que vayas. Josué 1:9, NVI.

Confía de todo corazón en el Señor y no en tu propia inteligencia. Ten presente al Señor en todo lo que hagas, y él te llevará por el camino recto. Proverbios 3:5, 6, DHH.

PAUTAS GENERALES

1. **Planifica cuidado-samente la atmósfera de tu hogar para que los di-rija hacia Dios.** Los niños absorben la atmósfera que los rodea. Se puede sentir la atmósfera tan pronto como uno pisa una casa. Haz que la de tu hogar sea palpable-mente espiritual y orientada hacia la fe. Pregúntate: Si *un extraño llegara a nuestro hogar, ¿sabría que somos personas que tenemos fe en Dios?* El capítulo 5 tiene al-gunas sugerencias para crear una atmósfera de fe.

2. **Comparte tu gozo en el Señor.** Los niños gravitan hacia el gozo y la felicidad. Dialoguen acerca de las cosas especiales que Dios ha obrado por tu familia. Agradézcanle diariamente por sus bendiciones. Confeccionen una carpeta familiar titulada "Gozo de Dios". Registren en ella las alegrías especiales recibidas de parte de Dios, que han experimentado en forma personal o familiar. Compartan el amor y el perdón de Dios. Compartan su gracia. Compartan el GOZO. Si no puedes pensar en alguna alegría para compartir, pide a Dios que te muestre su gozo. Escribe todas las ideas y las vislumbres que tengas. Poco a poco, su

gozo llenará tu corazón y naturalmente lo transmitirás a tus hijos.

3. **Ora todos los días por tus hijos y con tus hijos.** Haz muchas oraciones breves durante el día, para comunicar al Señor tu gozo o tu tristeza, o tu necesidad de Dios. Conversa con Dios durante todo el día. Tus hijos captarán rápidamente la idea, y Dios también se convertirá en su confidente y amigo. Establece la oración como una tradición para comenzar y terminar cada día. Reúne a tu familia alrededor de ti antes de enviarlos a enfrentar el mundo cada mañana. Ora pidiendo la protección de los ángeles y para que el Espíritu Santo esté con cada integrante de la familia durante el día. Haz lo mismo a la noche, agradeciendo a Dios por su bendición y cuidado durante el día. Ora por los problemas que hayan surgido durante el día o por una preocupación continua que inquiete a la familia. Ora por las decisiones, por los errores, por los acontecimientos especiales y por las tentaciones, por las amistades, y ora por otras personas. Pide al Espíritu Santo que esté con tus hijos en todo momento.

4. **Lean y estudien, como familia, la Palabra de Dios todos los días.** Elige un momento del día en que todos estén relajados y puedan disfrutar de la experiencia del estudio de la Palabra de Dios. Usa una versión moderna, para que los niños entiendan mejor. Explica las frases difíciles. Selecciona pasajes cortos, que tengan significado para los niños y que sean una guía para su comportamiento. En lo que hagas, no uses la Palabra de Dios como un martillo sobre sus cabezas. Los desalentarás y rechazarán a Dios. En lugar de ello, permíteles batallar con el significado de un versículo bíblico y que comuniquen sus propias ideas. Confía en que el Espíritu Santo hablará a tu hijo.

5. **Comparte tu experiencia personal de fe con tus hijos.** Recuerda "vivir los valores". Tu propio ejemplo es lo que habla más fuerte. Comparte con tus hijos tu experiencia de fe con sus altibajos. Aprenderán que la fe es una parte real de tu vida, y ellos también querrán poseer esa fe. Demuestra en tu propia vida el poder de la gracia de Dios.

6. **Mantente abierto a hablar de la fe y de Dios con tus hijos, y a conversar acerca de las preguntas y las preocupaciones que tengan.** No permitas que tu fe y creencia en Dios sea uno de los secretos mejor guardados de tu familia; habla abierta y libremente

acerca de Dios. Escucha con cuidado las necesidades y las preguntas no formuladas de tu hijo. Responde con amor e interés, no con críticas. Los niños pueden ser guiados suavemente, no arreados, hacia la fe en Dios. Guíalos con tu misma fe.

7. **Ayuda a tu hijo a desarrollar una conexión personal creciente de fe con Jesús y con Dios.** Al final, lo que cuenta es la fe personal de tu hijo. Todas las ideas anteriores deberían centrarse en ayudar a tu hijo a desarrollar una conexión individual de fe con Jesús y con Dios.

PAUTAS FOCALIZADAS

Elegí dos áreas importantes para brindar pautas más focalizadas: la Palabra de Dios y la oración. Éstos son aspectos cruciales para ayudar a tus hijos a desarrollar, como su valor conductor más importante en la vida, la fe en Dios. Proveerán un fundamento inquebrantable para todos los demás valores.

La Palabra de Dios

La Palabra de Dios es la razón de nuestra fe, fundamenta la fe; proporciona respuestas a los dilemas de la vida, seguridad en medio de la dificultad, conexión con Dios en momentos de estrés y promesas para el futuro. Sin una verdadera conexión con la Palabra de Dios, tu hijo no desarrollará fe en Dios. Sigue estas pautas para ayudar a tu hijo a conectarse con la Palabra de Dios:

Muéstrale tu amor y respeto por la Palabra de Dios. Usa la Biblia todos los días, con amor y respeto. Dirígete a la Biblia en busca de ayuda para los asuntos cotidianos; reclama sus promesas para las necesidades de tu familia. Dispon un lugar especial de honor para la Biblia familiar. Comparte el discernimiento que te ha dado tu propio estudio de la Biblia, así como también tu gozo en la Palabra de Dios.

Asocia el aprendizaje bíblico con tu amor y cuidado. Haz que el aprendizaje bíblico sea un momento de intimidad familiar. Aprendan de la Palabra de Dios en una atmósfera de apoyo amante. Evita los enfrentamientos airados o las humillaciones asociadas con la Biblia. Asocia la Biblia con la alegría, la felicidad, el amor, la ternura y la simpatía.

Haz que el aprendizaje bíblico sea interesante y divertido.

Crea recuerdos alegres en relación con la Palabra de Dios. Usa juegos bíblicos, dramatizaciones, casetes grabados, vídeos y láminas. Regala a tu hijo una Biblia especial. Haz que el momento en que recibe su Biblia sea un momento para recordar. Crea muchas oportunidades de usar la Biblia en tu hogar. Haz que la Biblia sea interesante, presentando elementos extras, como costumbres, geografía o historia bíblicas. Evita los discursos prolongados, los comentarios tediosos y las palabras difíciles.

Enseña los principios bíblicos que ayudarán a tu hijo a tratar con la vida. Enfatiza los principios positivos. Presenta razones bíblicas para la fe. Acude a la Biblia en busca de respuestas para las encrucijadas de la vida. Ayuda a tu hijo a pensar en forma independiente acerca de lo que dice la Biblia: ¿qué debería hacer? Anima a tu hijo a memorizar versículos clave, que serán un consuelo y una guía para él en el futuro. Haz que la memorización de las Escrituras sea divertida e interesante. Personaliza la Biblia, relacionándola con los intereses, las necesidades y las situaciones intrincadas de la vida de tu hijo.

Enseña a tus hijos mayores a usar herramientas para el estudio de la Biblia. Cuando los adolescentes o los preadolescentes dicen que la Biblia es "aburrida", desafíalos a aprender algo nuevo: diferentes visiones respecto de la inspiración de la Biblia; cómo y por qué se escribió; cómo nos llegó; cómo usar los libros de referencia (concordancias, atlas, diccionarios, comentarios, enciclopedias, manuales); principios elementales de interpretación bíblica (tales como el contexto, la unidad de las Escrituras, temas importantes de la Biblia, la Biblia como autoridad final); cómo estudiar temas siguiendo las referencias marginales o referencias recíprocas; una visión general de los períodos históricos más importantes, período por período; los textos clave más importantes de las doctrinas bíblicas. No supongas que porque tu hijo está asistiendo a un colegio patrocinado por la iglesia aprenderá todas estas cosas. Muchos adultos no tienen idea de cómo estudiar la Palabra de Dios. El estudio de la Biblia puede proporcionar una profundidad infinita de nuevos conocimientos. Desafía a tus hijos a cavar siempre más profundo.

Oración

La oración es la conexión de tu hijo con Dios; una línea telefónica

directa al Rey del universo. Los niños pequeños son creyentes por naturaleza, por lo que se apropiarán de la oración con los brazos abiertos. ¡Nada es demasiado difícil para Dios!

Ora en forma regular con tus hijos. Comienza con tu bebé pequeñito. Yo creo que el Espíritu Santo rodea a los bebés con el amor de Dios y que los bebés sienten algo diferente cuando los padres oran con él. Sé constante con la oración antes de las comidas y a la hora de dormir, para que la oración llegue a ser una parte esperada de la vida de tu hijo pequeño.

Comienza enseñándole a tu hijo oraciones espontáneas simples. Tan pronto como tu hijo aprenda a hablar, puede repetir oraciones de una o dos palabras después de ti. A medida que aumente su repertorio, comenzará a orar espontáneamente. Los niños no necesitan aprender oraciones memorizadas. Déjalos orar tal como está en su corazón, en una oración espontánea. "Bendice a mami y a papi, y bendice al gato y bendice al perro".

Introduce de manera gradual otros aspectos de la oración. A medida que tu hijo madure, introduce las diferentes partes de la oración: ¡Te amo, Dios! (Alabanza); Mi día (compartiendo con Dios); Lo lamento, metí la pata (confesión); ¡Gracias! (Agradecimiento); ¡Ayuda! (Pedidos). Introduce sólo una parte por vez. Úsala en la oración. Por ejemplo, enseña a tus hijos a decir a Dios que lo aman cada vez que oran. Asegúrate de hacerlo tú cuando oras. Los niños son muy inclinados a pedir ayuda en la oración; tienen muchos pedidos, y sus oraciones pueden consistir sólo en pedidos. Gradualmente tus hijos aprenderán a expresar su amor a Dios, a compartir lo que les pasó durante el día, a confesar sus faltas, a ser agradecidos y a decirle a Dios lo que necesitan.

Ayuda a tus hijos a vivir la oración como una amistad con Jesús. La oración es como hablar con un amigo. Jesús es su amigo especial, que nunca los abandona o se pelea con ellos. Siempre está allí, y quiere ser su amigo y ayudador. Durante los años de la escuela primaria, los niños maduran en su pensamiento acerca de los amigos y la amistad. Pensar en Jesús como su amigo se adecúa perfectamente a su pensamiento más maduro. Su amistad con Jesús puede madurar, y convertirse en una experiencia de gozo y seguridad reales. Esto es lo que necesitan tus adolescentes para atravesar la confusión de esos años.

Adecúa el tipo de oración que quieres que tus hijos practiquen. Cuando los niños sean muy pequeños, haz oraciones sencillas que ellos puedan entender. A medida que crezcan, haz que tus oraciones tengan correspondencia con sus nuevas habilidades mentales. Los niños mayores y los adolescentes necesitan saber qué significa la oración en tu vida, las luchas, la confesión sentida, la fe que es el corazón de tu comunicación con Dios. Dales a tus hijos un bocado de verdadera comunicación con Dios, y querrán más. Se han encontrado con el Rey.

¿PROBLEMAS CON LA FE Y LA CONFIANZA?

La fe en Dios surge del primer escalón en la construcción de la personalidad: la confianza. Si falta ese escalón, a la persona –aun a un adulto– le cuesta mucho confiar en Dios. Los bebés aprenden a confiar muy tempranamente. Si se los alimenta cuando tienen hambre, si se los consuela cuando están afligidos, si se les habla y se los acuna, y en general se los hace sentir cómodos, aprenden a confiar en su mundo. Durante el primer año de vida aprenden que sus cuidadores responderán a sus necesidades. Llegan a sentir que el mundo es un lugar bastante bueno. ¡Aparece la confianza! Y todo el resto de la personalidad se construye sobre el cimiento de la confianza.

Algunos bebés no viven en un ambiente de amor e interés durante sus primeros años. Algunos sufren maltrato, en lugar de ser amados. Otros vivencian la confianza tempranamente, pero tienen algunas malas experiencias más adelante: mamá abandona a la familia o un niño vecino abusa sexualmente del niño. Desaparece la confianza.

Algunos niños tienen problemas con la confianza y la fe en las personas (y, consecuentemente, en Dios) por otras razones que se pueden arreglar más fácilmente. No pueden creer en la palabra de sus padres. Las promesas no significan nada, y los castigos con que los amenazan nunca se cumplen. Las palabras de los adultos no tienen significado, y no se puede predecir sus acciones. Papá promete venir a visitar, pero nunca aparece ni llama. Un día mamá se muestra amorosa e interesada, y al día siguiente es amargada y hostil. El niño nunca sabe qué reacción va a recibir. Desaparece la confianza.

La confianza y la fe en Dios comienzan con la confianza en nuestros cuidadores terrenales. La confianza es una flor frágil, que requiere

amante cuidado. Los niños que han perdido la confianza –o que nunca la han aprendido– a menudo se vuelven niños malos, enojados, desafiantes y que no cooperan. O simplemente hacen lo suyo e ignoran lo que los adultos presentes en sus vidas quieren que hagan. A veces se vuelven solapados y engañosos, aunque exteriormente son encantadores. Acaparan sus cosas. No tienen amigos, porque la amistad se basa en la confianza mutua.

¿Qué puedes hacer si reconoces que tu hijo tiene problemas serios con la confianza? Si las razones son profundas, busca inmediatamente un consejero cristiano que pueda ayudarte a manejar esos temas profundamente arraigados. Si las razones se comprenden y se pueden cambiar fácilmente, fíjate en lo que ocurre en tu familia. ¿Cumples las promesas que les haces a tus hijos? ¿Haces lo que dices que harás? Pide ayuda a Dios para cambiar, de modo que tus hijos puedan tener una vislumbre de la confiabilidad de Dios por medio de ti. Los cambios toman tiempo, pero puedes reconstruir la confianza en tus hijos. Al reconstruir la confianza en tus hijos, comenzará a aparecer la confianza y la fe en Dios.

Si un adulto ha sido especialmente indigno de confianza, *el* niño puede sentir una sensación real de gozo y maravillarse al encontrar a alguien en quien se puede confiar: Dios. Enfatiza la manera en que Dios ama a los niños, cómo los cuida y cómo siempre se puede confiar en él. Dios es el amigo que nunca se aleja y el padre que nunca abandona. El Espíritu Santo es el Consolador que todo niño necesita cuando está afligido. Lean muchas historias bíblicas acerca de Dios y ayuda a tu hijo a aprender promesas que enfatizan la confianza en él.

La fe en Dios puede ser más difícil para los niños criados en familias que han hecho mucho énfasis en "pensar por ti mismo" y en tener "pruebas científicas" para todo. Los padres con muchos estudios pueden haber sido educados para descontar la fe en Dios y confiar en su propio pensamiento. A veces, esta actitud deja muy poco lugar para la confianza en Dios y en su dirección. Todo tiene que saberse y explicarse con anticipación. Muy rara vez se menciona o se considera la dirección de Dios. Es un peligro de los altos niveles de educación.

Si en tu hogar existe una atmósfera del tipo "descontar la fe", tendrás que alimentar la fe de una manera especial. Ora pidiendo fe. La fe se puede combinar con un pensamiento sólido. Tu hijo necesita tu

ejemplo de una persona pensante con fe. Haz un esfuerzo decidido para depender de Dios. Comenta la situación con tu cónyuge. Comiencen a hablar de la fe. Dale crédito a Dios y ayuda a tus hijos a adquirir fe en él. Como dijo Kant, a veces tenemos que negar el conocimiento para dejar entrar la fe. ¿Qué significa eso para ti?

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Caminata de confianza. Véndale los ojos a un niño. Otro niño o adulto será el guía del niño que tiene los ojos vendados. Guía al niño por diferentes lugares de la casa, especialmente por lugares donde es realmente necesario tener un guía por causa de los obstáculos o porque son lugares angostos. Otros miembros de la familia pueden tratar de distraer, dando instrucciones equivocadas o haciendo mucho ruido. Luego, inviertan los roles hasta que todos los miembros de la familia tengan la oportunidad de guiar y ser guiados. Si los niños son muy pequeños, elimina las distracciones.

Para analizar luego de la actividad: ¿Cómo te sentías cuando no podías ver por dónde ibas? ¿Confiabas en tu guía? ¿Te llevó tu guía con seguridad hasta el final sin que tropezaras con nada? ¿Te engañaron algunas de las indicaciones falsas? ¿Qué debías hacer para llegar hasta el final sin tropezar con algo? ¿En qué se parece la confianza en Dios a este juego? ¿Sabes lo que te ocurrirá mañana? Ninguno de nosotros lo sabe. Confiamos en que Dios estará con nosotros. Él será nuestro guía. ¿Quién trata de hacernos salir del camino gritándonos indicaciones falsas? ¿Qué podemos hacer en relación con eso?

El foso de los leones. Busquen 1 Pedro 5:8. De acuerdo con la Palabra de Dios, vivimos en un foso de leones. ¡Oh! ¿Recuerdan a Daniel y la noche que pasó en el foso de los leones? ¿Cómo salió vivo de allí? (Ver la historia en Daniel 6.) Sólo pasó una noche en el foso de los leones, pero Dios dice que nosotros vivimos en un foso de leones todo el tiempo. Satanás quiere comernos y destruirnos. ¿Cómo puede destruirnos?

Saca algunos periódicos y busquen artículos que describan a Satanás como un león rugiente. (Asesinatos, deshonestidad, odio, crueldad, avaricia, etc.) Observen los títulos de las películas. Los miembros de la familia pueden comentar lo que han escuchado acerca de las películas:

desnudez, sexo, violencia, malas palabras, falta de respeto, etc. Satanás está tratando de atrapar a todos.

Si a tus hijos les gusta dibujar, dibujen algunos leones. Escriban sobre cada uno una de las formas en que Satanás, el león rugiente, trata de atrapar a los niños. Se necesita coraje para vivir en el foso de los leones. ¿Quién nos cuida? ¿Quién nos da el valor para decir no? ¿Quién nos protege del león? Al final, terminen el dibujo (o exhibición en la cartelera familiar) poniendo una foto del niño en el centro, junto con una figura de Jesús frente al niño, protegiéndolo de los leones que lo rodean. Jesús es el domador de leones. Él nos protege de Satanás, el león rugiente. Él evitará que el león nos atrape.

Para los niños más pequeños: Ellos no entenderán el simbolismo del foso de los leones, pero puedes hacer que el juego sea divertido para ellos, permitiéndoles que actúen de leones. Dale a cada "león" el nombre de una cosa mala que Satanás trata de lograr que los niños pequeños hagan: desobedecer, mentir, contestar mal, etc. Permite que los niños sugieran estos nombres. Los niños pueden "rugir" por el piso, tratando de "comerse" a un hermano, a un osito de peluche o a un muñeco. Mamá o papá pueden hacer de Jesús, que protege al niño de los leones.

Libro familiar de oración. Hagan un libro de oración de la familia con las diferentes partes de la oración (¡Te amo, Dios! Mi día. Lo siento, metí la pata. Gracias. ¡Socorro!). Hagan esto como actividad familiar. En la sección de agradecimientos, los niños podrían sacar fotos de cosas por las cuales están especialmente agradecidos, para ponerlas en el libro, incluyéndose ellos mismos con el ítem por el cual están agradecidos. Los niños se divertirán posando para las fotos de las secciones "Lo lamento", "Metí la pata" y "¡Socorro!" Una hermosa figura de Jesús completa el libro.

Diario familiar de oración: Comiencen un diario familiar de oración. Registren en el diario los pedidos de oración de la familia. Los niños mayores pueden escribir sus pedidos, mientras los menores pueden hacer dibujos. Oren por cada uno de estos pedidos. Asegúrate de que quede lugar para escribir cómo respondió Dios la oración. Ponle fecha a cada pedido. Los niños que han experimentado tener un diario familiar de oración generalmente querrán tener su propio diario de oración a medida que aumenta su fe en Dios.

CITAS SABIAS

Desde el comienzo del mundo, las personas sabias han transmitido su sabiduría. Los narradores de historias transmitían la sabiduría a la siguiente generación. Eventualmente, las historias y los proverbios de sabiduría llegaban a formar parte de la cultura y eran citados ampliamente por los padres a sus hijos. Los pensadores profundos escribieron dichos que hacen pensar.

¿Qué te decían tus padres acerca de la fe en Dios y el coraje? Transmíteles su sabiduría a tus hijos, o deja que tus hijos elijan el dicho que más les guste de las siguientes citas sabias, o que inventen uno por ellos mismos.

"El que es pequeño en fe nunca será grande en nada, sino en el fracaso".

"Un alma sin fe es como un observatorio sin telescopio".

"He encontrado, por lo tanto, que es necesario negar el conocimiento, para hacerle lugar a la fe" (Emmanuel Kant, 1787).

"Confía en Dios, pero ata tu camello".

"Ve tan lejos como puedas ver. Cuando llegues allí, verás más allá".

"Cuando Dios sostiene tu mano, no puedes caerte".

"En cuestiones de estilo, nada con la corriente; en cuestiones de principios, párate como una roca" (Thomas Jefferson).

SENDEROS DE LA NATURALEZA HACIA LA FE

"Pero interroga a los animales, y ellos te darán una lección; pregunta a las aves del cielo, y ellas te lo contarán; habla con la tierra, y ella te enseñará; con los peces del mar, y te lo harán saber" (Job 12:7, 8, NVI).

Dios nos habla por medio de la naturaleza, su segundo libro. Tu familia puede aprender mucho acerca de los valores en la naturaleza. Mantén los ojos abiertos para encontrar los senderos de la naturaleza hacia la fe.

Las **mariposas** proveen una ilustración maravillosa de lo que hace en nosotros la fe en Dios. Encuentra una oruga, observa cómo se transforma en crisálida, espera la transformación a una hermosa mariposa, una nueva criatura completamente diferente de la oruga.

La fe en Dios te convertirá en una nueva criatura, con sus valores. Querrás ser como él y vivir como su amigo cada día. Serás una persona

completamente nueva.

Los **árboles** tienen muchas formas y tamaños: palmeras, cedros, arces, pinos, flamboyanes, secuoyas. Algunos tienen sistemas de raíces muy profundos y son flexibles. Pueden soportar vientos huracanados y grandes tormentas porque sus raíces están ancladas profundamente en la tierra. Los árboles con sistemas radiculares superficiales o que crecen en suelos rocosos, y poco profundos, son destruidos fácilmente por las tormentas. Busquen, en una enciclopedia de ciencias, figuras de diferentes árboles y de sus sistemas radiculares. Dibujen las raíces de los árboles que hay cerca de ustedes. Comparen los suelos en los que crecen.

Cuando estudias la Palabra de Dios y aprendes acerca de él, estás plantando las raíces de tu corazón en suelo profundo. Cuando tus raíces están profundamente arraigadas en la Palabra de Dios, no serás destruido por las tentaciones del mal. No puedes ser tumbado y esparcido. Estás protegido por tu fe en Dios.

Los **pájaros** a menudo muestran gran coraje al defender a sus pichones. El tirano gris picotea y se arroja de cabeza sobre el halcón invasor, un ave mucho más grande en tamaño, hasta que el halcón finalmente se aleja de su territorio. El halcón invasor parece invencible contra el tirano gris, que tiene el tamaño de un cardenal. Pero el tirano gris no le presta atención al tamaño del invasor. Defiende a sus pichones con gran valor, ¡y termina ganando!

Dios también nos da valor a nosotros, aun cuando otros niños sean más grandes y muy desagradables. Él te ayudará a defender tu fe en él. ¡Tú y yo saldremos ganando con Dios!

SENDEROS COTIDIANOS HACIA LA FE

Jesús generalmente enseñó valores usando historias de cosas cotidianas que la gente a la que hablaba veía o usaba todo el tiempo. Haz lo mismo con tus hijos. Usa lo que les sucede a ellos o a otros niños, para abrir la puerta a lo que está pensando y sintiendo tu hijo.

1. Ricardo: Estudié mucho para la prueba, y oré para que Dios me ayudara a recordar, pero no lo hizo. Fracasé en toda una sección porque no pude recordar lo que había estudiado. ¿Por qué no me ayudó Dios como dijo que lo haría?

2. Josué: Soy muy tímido, y me resulta difícil defender lo que creo.

Parecería que no tengo mucho coraje. Parece ser tan fácil para otros chicos. ¿Tienen ellos más fe? ¿Cómo puedo conseguir un poco más?

3. Adriana: Mi amiga Diana tiene mucha confianza en sí misma. Va a todas partes y habla con todos de cualquier tema. ¿Significa que no tengo fe en Dios porque no tengo la seguridad que ella tiene? Tengo miedo, y temo que los otros chicos se burlen de mí. ¿Qué puedo hacer para tener más confianza?

4. David: Siempre estoy pensando que puede suceder lo peor. Me resulta difícil tener esperanza de que las cosas van a salir bien. Siempre pienso que van a salir mal, no importa lo que haga. La esperanza, ¿forma parte de la fe en Dios? ¿Cómo puedo tener esperanza cuando estoy seguro de que las cosas saldrán mal?

5. Mariana: A veces me siento desanimada y triste. Hago tantas cosas malas que pienso que Jesús no me puede perdonar todo. Nunca seré como él. Es mejor que me dé por vencida ahora. ¿Perdona Jesús realmente todo lo malo que hago? ¿Se olvida realmente de todas esas cosas? ¿Salvará él a una chica como yo? ¿Cómo puedo estar segura?

6. Estrellita: Mi profesora (maestra) en la escuela habló de algo que llamó "gracia". Yo no entendí. ¿Tiene que ver la gracia con Dios? ¿Qué relación tiene conmigo?

■

CLAVES PARA DESARROLLAR LA FE EN DIOS

1. Planifica cuidadosamente que la atmósfera de tu hogar guíe a Dios.
2. Comparte tu experiencia personal de fe y tu gozo en el Señor con tus hijos.
3. Ora todos los días ***por*** y ***con*** tus hijos.
4. Lean y estudien todos los días la Palabra de Dios en familia.
5. Mantente abierto a hablar de la fe y de Dios con tus hijos, y de conversar acerca de sus preguntas y preocupaciones.
6. Ayuda a tu hijo a desarrollar una conexión personal creciente de fe con Jesús y con Dios.

Capítulo i

Respeto

> ***Den a todos el debido respeto. Amen a los hermanos, reverencien a Dios, respeten al emperador*** **(1 Ped. 2:17, DHH).**

El respeto escasea en estos días. Los niños se burlan de sus docentes y planean formas de vengarse cuando son disciplinados o cuando sus notas son lo que realmente se merecen. Los niños son irrespetuosos hacia sus padres. Las personas discuten con la policía. Los empleados ignoran a los compradores y los tratan con desdén. Los robos y los asesinatos llenan las páginas de nuestros periódicos. Conductores enojados amenazan a otros conductores arma en mano. Los jóvenes y los adultos destruyen sus cuerpos con drogas, alcohol y tabaco. Los adultos abusan de los niños, y los niños abusan de los adultos. La gente pelea en guerras étnicas y se burlan de Dios. ¿Qué ha pasado con el respeto?

Cuando doy seminarios para padres, sobre valores, le pido a cada grupo de trabajo que decida cuáles son los seis valores más importantes que deben aprender los niños. El respeto ha estado en casi todas las listas de los seis valores más importantes. Claramente, es uno de los valores más importantes. Lleva sobre sus hombros muchos otros valores. ¿Cómo puedes ayudar a los niños a aprender a respetar a Dios, a los demás, a sí mismos y a la naturaleza? ¿Cómo puedes enseñarles a vivir vidas respetuosas en un mundo que se ha vuelto loco por la falta

de respeto? ¿Cómo puedes enseñarles a vivir de acuerdo con la regla de oro, de tratar a otros como les gustaría ser tratados ellos?

¿Cómo se ve el respeto en la vida diaria?

CUANDO SOY RESPETUOSO...

Adoro a Dios con reverencia. Ayudo a cuidar la iglesia, y escucho con cuidado a mi pastor y a mis maestros.

Me respeto demasiado a mí mismo como para hacerle daño a mi cuerpo o a mi mente. Dios me creó como una persona única. No hay nadie exactamente igual a mí.

Soy educado. No me comporto groseramente. No impongo mi voluntad sobre los demás, porque el respeto está basado en el amor.

Me preocupo por las necesidades de los demás. Permito que los demás sean los primeros. No tengo una actitud de “yo primero”.

Cuido mis cosas. No daño la propiedad de los demás.

Les doy mi asiento a las personas mayores. Las ayudo a llevar paquetes pesados, y las saludo con alegría y educación. Escucho lo que dicen.

■

Estima
Consideración
Honor
Reverencia
Adoración
Culto
Amor
Cortesía

Nunca me burlo de las personas que son diferentes de mí.

Haré lo que pueda para ayudar a alguien que está siendo objeto de burlas porque es diferente. Tengo amigos de muchas razas y culturas diferentes. Me gusta aprender cómo viven. No trato de obligarlos a ser como yo, porque respeto nuestras diferencias.

Hago lo que me piden las personas en autoridad: la policía, mi maestro (profesor) y el director, mis padres. No soy grosero con ellos.

Obedezco las leyes de mi comunidad y de mi escuela. También obedezco las reglas de mi familia. Hago lo que puedo para cuidar el mundo natural. No hago daño a los seres vivos ni al medio.

CÓMO VE DIOS EL RESPETO

Dios creó el mundo y todas las cosas vivas que hay en él. Él ama su

creación con un amor que nosotros, como meros seres humanos, no podemos comprender. Cada persona es única, creada con un propósito especial, creada con una chispa de la imagen divina. Dios se preocupa por su creación, prodiga su amor a cada persona y busca, a su vez, nuestro amor y nuestra amistad. Nos respeta a nosotros y a nuestro libre albedrío de elegir una amistad con él. Quiere que le demos a él, a los demás seres humanos y al mundo natural este mismo amor y respeto. Si Dios, el Rey del universo, ama y respeta a su creación con tal profundidad, ¿cómo podemos nosotros hacer menos? Debemos respetarnos a nosotros mismos como creación de él y objeto de su amor. Fuimos, después de todo, creados a imagen de Dios.

[...] ¡Su nombre es santo e imponente! Salmo 11:9, NVI.

[...] Que en el nombre de Jesús se doble toda rodilla. Filipenses 2:10.

Hermanos, les rogamos que tengan respeto a los que trabajan entre ukedes y los dirigen y aconsejan en el Señor. 1 Tesalonicenses 5:12, DHH.

Ámense los unos a los otros con amor fraternal, respetándose y honrándose mutuamente. Romanos 12:10, NVI.

Honra a tu padre y a tu madre. Éxodo 20:12.

[...] Habéis sido comprados por precio; glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo y en vuestro espíritu, los cuales

Si, pues, coméis o bebéis, o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios. 1 Corintios 10:31.

No matarás. Éxodo 20:13.

De Jehová es la tierra. Salmo 24:1

Personajes bíblicos

Dios, a lo largo de las Escrituras, indica claramente que espera que lo respetemos como Rey del universo. Sus leyes también deben ser respetadas. Dios hizo muy evidente esto en el monte Sinaí (Éxo. 20:18-20). Dio instrucciones específicas acerca de la santidad del tabernáculo del desierto (Éxo. 25-27) y del templo en Jerusalén (1 Rey. 5-8). Cuando algunos jóvenes se burlaron de Elíseo, uno de los profetas de Dios, inmediatamente el Señor mostró su desagrado (2 Rey. 2:23-25).

La Palabra de Dios contiene muchas historias que hablan del respeto por las personas en posición de autoridad. Cuando fue llamado a la presencia del rey, Daniel mostró gran respeto por él (Dan. 2:27-45). José mostró el mismo respeto por Potifar y por el monarca egipcio (Gén. 39; 41). Abigail respetó a David como su rey, y suplió las necesidades de él y de sus soldados (1 Sam. 25:14-35). David se negó a matar al rey Saúl, su enemigo, cuando se le presentó la oportunidad perfecta, porque respetaba al rey (1 Sam. 24:6).

Dios también muestra su infinito amor y respeto por los individuos. Cuando Pedro negó su conexión con Jesús, no fue abandonado por el Señor. En lugar de eso, Cristo reaseguró tres veces a Pedro que lo aceptaba y restauraba (Juan 21:15-19). Un ángel proveyó alimento y aliento a Elias cuando estaba desanimado y deprimido (1 Rey. 19:1-9). Dios restauró al rey David después de que cometiera adulterio y asesinara a un hombre (2 Sam. 12:13, 14). Dios envió a un mensajero para instruir a un etíope que estaba abierto a aprender del Salvador en el camino del desierto (Hech. 8:26-40).

Estas historias son sólo unas pocas sugerencias. La Biblia contiene muchos ejemplos más de respeto. Cuando te concentres en enseñar respeto a tus hijos, selecciona algunas de estas historias. Léanlas, dramatícenlas, hablen acerca de ellas, y extrae las ideas que tienen tus hijos. Dibujen o pinten un *collage*; escriban una historia de tapa para un periódico, o escriban una paráfrasis de la historia bíblica, agregando una aplicación moderna. Inventen un canto; hagan un modelo de la historia con papel, madera, masa para modelar o ladrillos de juguete. Representen la historia. Jueguen con la historia hasta que forme parte del pensamiento y de los sentimientos de los niños, hasta que entre en su mismo ser.

CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A DESARROLLAR RESPETO

El respeto se basa en el valor que tiene cada ser humano ante los ojos de Dios. Una vez que entendemos ese valor, miraremos con respeto a cada ser humano. Éste es el mensaje principal del respeto. Respétate a ti mismo y a los demás, porque Dios te ama a ti y a todo el resto del mundo. El respeto comunica el amor de Dios a todas las personas. El amor es la esencia del respeto.

PAUTAS GENERALES

1. **Transmite a tus hijos un mensaje poderoso de amor y respeto.** Lo más convincente que puedes hacer para enseñar el respeto a tus hijos es *tratarlos con respeto.* Un niño o un adulto respetado pasará ese respeto a otros. Si no se siente respetado, no respetará a otros. Es tan simple y tan complejo como eso. Comparte grandes cantidades de amor y respeto con tus hijos. Muchos padres aman a sus hijos, pero no los respetan. ¿Qué incluye el respeto a tus hijos?

Escucha realmente a tu hijo. Detén lo que estás haciendo y escucha. Haz comentarios apropiados. Muéstrale que valoras sus ideas.

Respeta los sentimientos de tu hijo. ¿Sabes?, los niños tienen sentimientos. Sus sentimientos son reales. De hecho, sus sentimientos son más fuertes y dominan más sus vidas que los sentimientos de los adultos. Sus sentimientos son heridos más fácilmente. A veces los adultos hablan acerca de los niños en presencia de ellos, como si no tuvieran sentimientos. Ten cuidado de no herir sus sentimientos con comentarios sarcásticos o deshonrosos acerca de sus flaquezas. Nunca los humilles verbalmente. Pregúntate: ¿Diría esto de mi mejor amigo o de un compañero de trabajo en su presencia? Si la respuesta es no, entonces tampoco lo digas acerca de tu hijo.

Respeta la individualidad de tu hijo. Evita las comparaciones. Ni siquiera los hermanos son iguales. Dios hizo a todos diferentes. Ayuda a cada uno de tus hijos a desarrollar sus propias habilidades. Dales a los niños la libertad de hacer elecciones apropiadas a su edad. Respeta sus elecciones. (Ve al capítulo 8 para considerar ideas acerca de cómo ayudar a los niños a aprender a hacer elecciones.)

Respeta la privacidad de tu hip. No leas sus cartas. Golpea antes de abrir una puerta cerrada. No le uses la ropa sin pedirle permiso. Cada miembro de la familia merece tener el derecho de guardar sus posesiones más preciadas en un lugar seguro, donde los demás no se metan.

Respeta la creciente habilidad de tu hijo para manejar y *dirigir su vida.* No trates al Sr. Trece años de la misma manera en que tratas a la Srta. Nueve años. No trates de dirigir cada minuto de la vida de tu adolescente. Seguro, cometerá algunos errores, pero aprenderá de esas experiencias y le irá mejor en el futuro. Y se sentirá respetado.

Si tratas a tu hija con respeto, ella copiará fielmente ese respeto, y

te respetará a ti y a otros. Tu propio ejemplo contiene la clave para tener un hijo respetuoso.

2. **Trata a tu cónyuge y a tu familia extendida con respeto y amor.** Respeta a tu cónyuge y a tu familia extendida de todas las maneras que acabamos de mencionar. Estas pautas también funcionan con los adultos, presta atención. Respeta los sentimientos, la individualidad y la privacidad. No trates de manejarles la vida a todos a tu gusto. Si tu cónyuge y tú, u otros adultos que viven contigo, pelean con frecuencia y se gritan insultos mutuamente, tus hijos aprenderán lecciones profundamente arraigadas de falta de respeto, que serán casi imposibles de borrar.

3. **Concéntrate en encontrar lo bueno en cada persona. No critiques ni regañes a la gente.** Cuando busques consistentemente lo bueno en las personas y hables de ello, tus hijos lo captarán. Ellos, a su vez, se concentrarán en lo positivo de las personas que los rodean. Pero, si estás constantemente criticando y regañando a las personas que conoces, espera lo mismo de tus hijos. ¿Cómo puedes esperar que tu hijo respete al pastor y al director de educación religiosa cuando todo lo que tú tienes para decir acerca de esa persona es negativo? Sí, yo sé que algunos líderes no merecen respeto, pero la mayoría sí lo merece. Guárdate tus pensamientos sólo para ti. Ve personalmente al líder débil, y trata de apoyar y fortalecer su obra. Si no tienes nada más que críticas para el abuelo y la abuela −o algún otro familiar−, ¿cómo puedes esperar que tus hijos se conecten con la familia y respeten su herencia?

4. **Muestra respeto y honra a los mayores.** Las personas que tratan a los ancianos con respeto generalmente tratan a los demás con respeto. Los ancianos son vulnerables. A menudo son el primer blanco de los niños y los adolescentes irrespetuosos. Desde que son pequeños, enseña a tus hijos por tu ejemplo y enseñanza positiva a respetar y honrar a los ancianos. Los ancianos deberían ser valorados por su sabiduría y sus contribuciones a la vida. El niño siempre debería ofrecerle su asiento a una persona mayor. Tómate tiempo para ayudar a llevar los paquetes cuando veas a alguien necesitado de ayuda. Ofrece tu brazo si fuere necesario. Escucha sus historias con interés, *aunque* ya *las hayas escuchado antes.* Ellos sienten mucho placer al contarlas. Recuerda, tú también un día serás anciano y tus hijos te tratarán así como

tú hayas tratado a sus abuelos.

5. Muestra preocupación e interés por los que tienen desventajas o discapacidades. Haz lo que puedas para ayudar. Presenta a tus hijos personas con discapacidades. Detente y habla con ellas un momento, sonríe, y ofrece tu ayuda, si se necesita. Muchos niños de hogares de clase media viven vidas tan protegidas que no se dan cuenta de que hay niños que verdaderamente sufren de hambre y de frío, quizás en tu misma ciudad. Las imágenes de la televisión no son lo mismo que ver a una persona sin techo. Si hay personas sin techo en tu ciudad, lleva a tus hijos a las zonas donde se las ve. Luego planifiquen qué pueden hacer para ayudar. Quizás ofrecerse como voluntarios en un comedor comunitario o juntar frazadas para distribuir entre estas personas. Leí en *Selecciones del Reader's Digest* la historia de un niño preadolescente que juntó o fabricó docenas de bolsas de dormir para las personas sin techo de su ciudad.

6. Incluye en el círculo de amistades de tu familia a personas de diferentes razas y culturas. Esto puede requerir un esfuerzo extra, porque nuestro círculo de comodidad generalmente incluye a personas de nuestra propia raza, cultura y religión. Sal de la zona de comodidad de tu familia. El esfuerzo valdrá la pena. Aprenderás acerca de otras culturas. Tus niños llegarán a ser "personas internacionales", con una visión más amplia del mundo y con curiosidad por otras personas y cómo viven. Se sentirán cómodos cerca de personas que son diferentes de ellos. Quizá sean inspirados a aprender otro idioma, una ventaja muy grande en sus futuros *currículum vitae*. Sin embargo, puedes anular todo este esfuerzo si haces comentarios sarcásticos y hablas de ellos con nombres despectivos. Habla de todos con respeto, siempre. Diles claramente a tus hijos que no tolerarás comentarios descorteses ni de menosprecio en relación con nadie.

7. Enseña a tus hijos a ser corteses con todos. La cortesía anda sobre los hombros del respeto. No es una serie de reglas fijadas por algún gurú de la cortesía. La nieta de Emily Post,* quien escribe actualmente la columna sobre cortesía en la revista *Good Housekeeping* [Buen manejo de la casa], a menudo recuerda a sus lectoras que la cortesía es, en realidad, respetar a la otra persona y tratarla como te gustaría ser tratada. "Por favor", "gracias", "no hay por qué" proclaman la

existencia de una persona reflexiva. Las tarjetas de agradecimiento son atesoradas por los dadores de regalos.

Sin embargo, los niños no son naturalmente corteses. Serán más corteses si son tratados con respeto y cortesía por sus padres, pero tu ejemplo por sí solo no será suficiente para enseñar una forma de vida cortés. Necesitarás ser explícito acerca de cómo quieres que tus hijos actúen e insistir en su acatamiento. Practica ser cortés. Insiste todos los días con las "palabras mágicas". Ayuda a escribir tarjetas de agradecimiento. Se requiere tiempo para criar a un niño cortés, pero *es* posible. Los niños corteses reciben muchos "mimos" y retroalimentación positiva. Es un círculo gratificante.

8. **Apoya y respeta a los líderes y las leyes de tu comunidad.** Cuando les dices a tus hijos: "Miren y avísenme si ven a algún policía", mientras manejas a 20 km/h más de velocidad que la permitida, les estás dando un poderoso mensaje de falta de respeto por las leyes de tu comunidad y de tu país. Tus niños lo captan rápidamente. No te sorprendas si tienes una reiteración de esto cuando tu adolescente comience a manejar. Es cierto que ignorar las leyes es demasiado fácil para un adolescente, pero más aún si ha crecido con desdén y falta de respeto por la ley y el orden.

Tu ejemplo juega un papel muy importante aquí, pero también necesitas explicar lo que estás haciendo y estar seguro de que los chicos obedezcan también. "Vamos a cruzar por la senda peatonal, porque es más seguro y porque así lo dice la ley". "Vamos a usar nuestros cinturones de seguridad todo el tiempo. Obedecer la ley nos mantiene más seguros". Las leyes de tránsito son las leyes con las que nos topamos todos los días, pero ¿qué sucede con las leyes de silencio, leyes en relación con las mascotas, y el respeto por la propiedad de los demás? ¿Y en cuanto a las reglas del colegio, de la iglesia, las reglas de los docentes y los dirigentes? El respeto por los líderes y por las leyes hace que vivir juntos sea mucho más fácil. Si respetas a los líderes de tu iglesia y del colegio es mucho más probable que tus hijos lo hagan también.

9. **Enseña a tus hijos a respetar sus cuerpos y a respetarse a sí mismos.** Comienza enseñándoles hábitos de vida saludables y respeto por el cuerpo cuando son pequeños. Enséñales a comer alimentos saludables, a descansar bien y a hacer ejercicio todos los días, a

evitar sustancias dañinas y a mantener limpios sus cuerpos. Enséñales a respetarse a sí mismos, a no decir cosas despectivas de sí mismos ni aceptar ese tipo de afirmaciones de ninguna otra persona. Por supuesto, tú das un buen ejemplo al alentarlos y apoyarlos, no regañándolos. Enséñales a reconocer las señales de un abuso potencial y cómo evitar caer en esa trampa. La educación sexual también forma parte de este paquete de respeto hacia uno mismo. Visita la librería cristiana más próxima, donde encontrarás libros para leer con tu hijo y para que lea tu adolescente. Estén abiertos a hablar de este tema. Es mejor que los niños aprendan de ti que de sus amigos o de la televisión.

10. Enseña a tus hijos a tratar a los demás de la manera en que ellos mismos quisieran ser tratados. La Regla de Oro constituye la esencia del respeto. Se aplica a amigos y a no amigos, a personas a las que amas y a personas que te tratan mal, a miembros de la familia y a extraños. Es una pregunta sencilla para toda situación: "¿Cómo me gustaría ser tratado si fuera esa persona?" Los niños muy pequeños están recién aprendiendo a entender cómo se sienten las otras personas. Están comenzando a sentir empatia. Necesitan mucha práctica en pensar cómo se sienten los demás antes de que puedan ser capaces de aplicar la Regla de Oro. (El capítulo 15, que habla de la bondad y la compasión, tiene sugerencias acerca de cómo ayudar a tu hijo a desarrollar empatia.)

Tu hijo que está en edad escolar debería entenderlo mejor, porque es más grande. Pregúntale: "Si los otros niños se están burlando de ti, ¿cómo te gustaría ser tratado?" ("Que venga otro chico y me defienda, y sea mi amigo".) Y a tu adolescente: "Tu novia no quiso que se besaran y se acariciaran, y estás furioso con ella. Si estuvieras en su lugar, ¿cómo te gustaría ser tratado?" ("Que respetaran mis deseos y continuáramos la amistad".) "Estabas jugando a la pelota con tus amigos, y la pelota rompió el vidrio del baño de los vecinos. Si fueras el vecino, ¿cómo te gustaría ser tratado?" ("Que vinieras y me dijeras que fuiste tú y que te ofrecieras a pagar el vidrio".) La regla de oro funciona siempre.

11. Muestra a tus hijos cómo ser reverentes en la presencia de Dios y cómo adorarlo dignamente. Actualmente, muchas personas muestran muy poco respeto por Dios, el Rey del universo. Se dirigen a él hablando en jerga, van a la iglesia con la ropa de todos los

días, usan su nombre para maldecir y arrojan su Palabra en una pila con un montón de otros libros. Si te invitaran a una audiencia con el rey o la reina de un país moderno, ¿cómo te prepararías y cómo actuarías? Me imagino que estudiarías la manera apropiada de dirigirte a la realeza. Aprenderías modales apropiados para la ocasión y elegirías tu ropa con cuidado. Estarías un poco nervioso por el evento. ¡Todo esto para mostrar respeto a un monarca terrenal! ¿Y en cuanto al Rey del universo? ¿Te preparas con igual cuidado para encontrarte con él en su morada terrenal? ¿Actúas en forma respetuosa y reverente en la iglesia? ¿Adoras con reverencia y dignidad? Tus hijos necesitan aprender respeto y temor reverente por el verdadero Rey, a caminar suavemente en su presencia y a adorar con el corazón.

12. **Respeta la Palabra de Dios, las Santas Escrituras, como la guía para la vida de tu familia.** La adoración y la reverencia hacia Dios comienzan con el respeto hacia la Palabra de Dios. Lee diariamente la Biblia con tu familia. Trata el libro con respeto, guardándolo en un lugar de honor. Aunque tu familia puede tener muchas Biblias, una Biblia familiar guardada en un lugar de honor habla de tus valores a cualquiera que llegue a tu hogar. Dirígete a la Biblia en busca de dirección, consuelo y felicidad. Nunca te fallará. (El capítulo 10 contiene maneras de ayudar a tus hijos a aprender a amar la Palabra de Dios.)

PAUTAS FOCALIZADAS

He elegido la vida saludable para las pautas focalizadas. Todo niño necesita desarrollar hábitos de vida saludable. Éstos no aparecen naturalmente, pero son invalorables más adelante en la vida. Mi esposo, que ha sido pediatra durante 25 años, me ayudó con estas pautas.

Vida saludable para niños

Dieta

1. Comienza temprano a amamantar, si es posible. Agrega la comida sólida lentamente, comenzando alrededor de los cinco meses. Comienza con los cereales, luego con las verduras, y finalmente las indas.

2. Ten horas regulares para las comidas. En general, no permitas que coman entre horas a menos que sean bocadillos saludables, como bastones de zanahorias, de apio, galletitas de harina integral, fruta seca.

Muchos niños necesitan comer algo cuando llegan a casa de la escuela, especialmente si la cena es un poco tarde. Pero si los niños comen comida chatarra entre horas, no comerán suficiente alimento nutritivo para cubrir las necesidades de sus cuerpos. Si tu hijo nunca quiere comer a la hora de la comida, puedes estar seguro de que está comiendo algo entre horas.

3. Ofrécele comida nutritiva y atrayente. Usa muy rara vez postres, azúcar y jugos. Evita los alimentos chatarra, especialmente los dulces y las gaseosas. La mayoría de las bebidas gaseosas tiene casi tanta cafeína como el café. Usa una variedad de alimentos naturales de los grupos básicos de alimentos.

4. Enseña a tus hijos a elegir y preparar comidas saludables.

5. Asocia la hora de la comida con un momento feliz en familia.

6. Ofrece a tus hijos mucha agua. Es la bebida perfecta. Haz que tomar agua sea fácil. Evita grandes cantidades de líquidos con las comidas y a la hora de dormir.

7. Observa las actitudes de tus hijos hacia la comida. No des comida a tus hijos, en especial dulces, para consolarlos cuando están lastimados o molestos, o como recompensa por su buen comportamiento. Eso establece el hábito de usar la comida como consuelo, lo cual puede llevar más tarde a la obesidad. No le des a los bebés un biberón para que se duerman. Puede hacerles mal a sus dientes.

8. Evita enfatizar el peso de los miembros de la familia o los regímenes para adelgazar. Si estás haciendo dieta para adelgazar, no hagas una gran cosa de ello. Sigue tu dieta en forma silenciosa y sin comentarios. Los niños son asombrosamente sensibles a los mensajes acerca del tamaño. Los medios sobreenfatizan la delgadez en las niñas y las mujeres y, cuando oyen esto mismo en casa, el mensaje emocional se vuelve amargo. Una cantidad asombrosa de niñas de menos de 10 años ya ha desarrollado anorexia. No están comiendo lo suficiente para asegurar un crecimiento apropiado. Han internalizado el mensaje de que para que las amen deben ser delgadas. No pienses *"eso no le puede pasar a mi hija".* ¡Puede! Cuida los mensajes de la comida.

Ejercicio y *aire puro*

1. Comenzando en la infancia, cuida que tu hijo pase diariamente cierto tiempo al aire libre. La luz solar y el aire puros son importantes

ventajas para la salud. Todos necesitamos diariamente, por lo menos, quince minutos de luz solar para la absorción de la vitamina D. Algunas escuelas ya no tienen más recreos, o los niños juegan en un gimnasio y casi no pasan tiempo al aire libre durante el día escolar.

2. Juega y trabaja con tu hijo, para presentarle un modelo adulto de vida activa.

3. Enséñale coordinación desde temprano. Cuando llegue a la escuela secundaria es demasiado tarde. Asegúrate de que tu hijo aprenda a correr, saltar, arrojar, levantar y a dar volteretas.

4. No enfatices los deportes escolares organizados, sino estimúlalo a practicar actividades que sean pasatiempos para toda la vida, como nadar, hacer caminatas, trotar, esquiar, jugar al tenis, al golf, o ciclismo.

5. Réstale importancia a la competencia, y estimula el desarrollo físico y el enriquecimiento social.

6. Estimula el ejercicio útil, tal como la jardinería, la carpintería, la mecánica y el trabajo en la casa.

7. Evita las muchas horas de televisión, de lectura y de actividades sedentarias. Los niños que pasan mucho tiempo mirando televisión o leyendo no desarrollan destrezas físicas o sociales necesarias.

Descanso

1. Estimula los horarios regulares para dormir, de acuerdo con las necesidades del niño. La necesidad de sueño varía mucho.

2. Provee un ambiente de silencio y tranquilidad para dormir. Evita las excitaciones y la televisión justo antes de la hora de dormir.

3. Haz que la hora de ir a la cama sea el momento culminante del día en lo social y en lo espiritual. Establece una rutina para los niños pequeños (por ejemplo: bañarse, historia, tiempo de mimos). Dale a cada niño un momento especial a solas contigo justo antes de ir a dormir.

4. Evita utilizar la cama o el sueño para castigar a un niño.

5. Dale a cada niño su propia cama. Evita que los niños duerman juntos o con los padres. Quizás ocasionalmente, pero no como regla.

6. Evita la medicación a la hora de dormir.

7. Evita las comidas a la hora de dormir.

Cuidado personal

1. Mantén la ropa de tu hijo en buenas condiciones y limpia.

2. Asegúrate de que la ropa sea del tamaño correcto. Los niños crecen rápidamente, y la ropa que es demasiado ajustada resulta irritante.

3. Enseña higiene: a bañarse regularmente, a lavarse las manos antes de comer, a cepillarse los dientes, a usar ropa limpia, desodorante, etc.

4. Hablen de los cambios corporales que ocurren en la preadolescencia y en la adolescencia.

5. Ayuda a los niños a aprender a mantener su cabello y su piel atractivos. Si tu adolescente tiene acné, busca ayuda profesional.

6. Ayuda a tus hijos a aprender cómo vestirse en forma atrayente sin vaciar la Casa de la Moneda ni estar vestido excesivamente con lo que todos los demás están usando. Los adolescentes quieren, naturalmente, estar a la moda, pero no tienen que ser esclavos de cada capricho de la multitud. Ayúdalos a tener una buena postura y un porte sereno, y a saber cómo manejar su cuerpo. Saber que uno se ve bien y poder manejar el cuerpo con serenidad ayuda a aumentar la confianza y el respeto propio.

¿PROBLEMAS CON EL RESPETO?

Eric se niega a cooperar con nada que sus padres le pidan. Desafía y es irrespetuoso. Patea y grita cuando lo contrarían. Su respuesta automática es "¡No!" Tiene pocos amigos, porque pelea con todos. Discute con todos por cualquier cosa. No coopera en el jardín de infantes, se niega a obedecer las reglas del aula y a hacer los trabajos. Es irrespetuoso, y discute con los adultos y con los niños también. Su madre está desesperada, y su padre levanta los brazos en señal de frustración y se retira a su oficina. ¿Cómo puede un niño de 5 años ser tan desafiante e irrespetuoso?

William Lee Cárter, en su libro *KidThink* [Piensa como un niño], ofrece algunas sugerencias excelentes para entender y tratar al niño opositor. He adaptado algunas de sus ideas para tratar con Eric.

Eric tiene un temperamento difícil. Sus padres no lo hicieron difícil; ya vino de esa manera. Es muy emocional y quiere estar en el control de todo, incluyendo de sus padres. No le gustan los cambios en la rutina ni las sorpresas, porque le hacen sentir que él no tiene el control. El

poder y el control son las cosas que lo motivan. Mientras que la mayoría de los niños aprende razonando, Eric persiste en ver sólo su punto de vista. Ve sólo las consecuencias inmediatas de una acción. Hablar y razonar con él sólo lleva a discusiones.

Eric ha aprendido que puede controlar a sus padres trastornándolos emocionalmente. Se está convirtiendo rápidamente en un adicto a la sensación de poder y control que siente cuando sus padres se perturban. ¿Qué pueden hacer?

Si van a ayudar a Eric, sus padres primero deben aprender a separarse de sus problemas. Deben permanecer tranquilos, imperturbables y controlados todo el tiempo. Eric debe permanecer en el control de su problema. Tan pronto como su madre se enoja, Eric siente que ya no tiene que cambiar su comportamiento. Ha ganado, y no necesita cambiar su conducta, porque ha controlado a su madre. Por lo tanto, ella no debería involucrase emocionalmente, y debería dejar que él se quede con su problema.

Los padres de Eric deben proveerle límites firmes. Estos límites deben ser expresados en forma clara y positiva: "Un berrinche hará que seas aislado en tu habitación. Controlar tus sentimientos te permitirá estar con otras personas y participar en lo que está ocurriendo". Sus padres deben aplicar estos límites explícita y prontamente. Es inútil tratar de convencer a Eric de que se comporte o piense de otra manera. Mamá y papá (o sus cuidadores) deberían actuar inmediatamente, de acuerdo con los límites previamente establecidos.

No deberían tratar de razonar con Eric. Su pensamiento es diferente del de otros niños, y razonar no funciona. Es un niño que debe aprender de su propia experiencia. La mayoría de los niños reconoce que los adultos tienen más experiencia, y quieren ser cuidados y ayudados por los adultos. Eric no. Piensa que sabe todo y que no necesita a los adultos para que lo ayuden. Él quiere estar en el control. Tiene que aprender por sí mismo.

Los padres de Eric pueden ser más efectivos en ayudarlo a madurar si lo escuchan y le dan tiempo individualmente para hacer cosas agradables juntos. Cooperará mejor si se siente entendido y amado. Necesitan ser cuidadosos en encontrar el momento justo para enseñar a Eric. El momento justo es todo con este niño.

Eric no es un niño fácil de ayudar. Probablemente, sufrirá más golpes duros en la escuela de la vida que la mayoría de los niños, porque insiste en aprender todo de primera mano. Pero, si sus padres permanecen en el control, no entrando en la discusión, aprenderá más rápidamente.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Visita a los ancianos: Visiten a las personas ancianas que conocen, comenzando con los parientes. Si ninguno vive cerca de ustedes, lleva a tus hijos a visitar un hogar para ancianos o una residencia asistida para personas mayores. Pueden llevarles dibujos, flores, cosas ricas para comer, y alegría para distribuir. Vayan regularmente, para que la familia llegue a conocer a las personas.

Adopta un abuelo: Si tus padres no viven cerca, adopta un abuelo. Muchas personas mayores viven vidas solitarias y les gustaría ser adoptadas por una familia. Traigan a los abuelos adoptados a reuniones familiares y a ocasiones especiales en vuestro hogar. Ayuda a los niños a hacerles regalitos y a escribirles cartas que hablen de sus vidas. La llegada del correo es uno de los momentos culminantes del día para los ancianos. Tu familia recibirá mucho más de lo que da, y tus hijos aprenderán a respetar a las personas mayores.

Genealogía familiar: Investiguen la herencia familiar. Cuenta historias acerca de tu familia. Visiten los cementerios donde están enterrados los miembros de la familia. Averigüen todo lo que puedan acerca de vuestros antepasados. Buscar la genealogía se parece a resolver misterios. A tus hijos les encantará, y se sentirán conectados con algo más grande que ellos mismos. También aprenderán a respetar todo tipo de personas. ¡Quién sabe qué clase de personas forman parte de tu árbol familiar!

Conexión por medio de tarjetas: Confeccionen tarjetas para dar la bienvenida a los nuevos bebés y para expresar buenos deseos a las personas cuyos nombres aparecen publicados en el periódico local en la sección de sociales, bajo nacimientos u hospitalizaciones, o para otras personas que conozcan. Fotocopia una pequeña nota para incluir con la tarjeta, explicando que tu familia está mostrando su interés en otras personas, esperando crear una comunidad más amigable. Pide a

la persona que recibe la tarjeta que continúe esta obra de amistad enviando una tarjeta de buenos deseos o de felicitaciones por la llegada de un bebé a una persona que conozca. Esto no es una cadena ni una pirámide, sólo el esfuerzo de una familia por llegar a otras personas.

Es bastante fácil hacer tarjetas con la computadora. Todo lo que se necesita es un papel común. Los niños más pequeños pueden hacer dibujos en las tarjetas en las que los niños mayores escribieron un mensaje. Elige uno o dos nombres por semana. Y durante la semana oren, como familia, por las personas a las que enviaron las tarjetas.

CITAS SABIAS

Transmite algunas de estas citas sabias a tus hijos:

"Cuantas más cosas causen vergüenza a un hombre, más respetable es éste".

–*G. B. Shaw*

"Si te gustas a ti mismo y quién eres, entonces probablemente te gustará casi cualquier persona que conozcas, sin importar quién sea". "Si juzgas a las personas, no tienes tiempo para amarlas".

–*Teresa de Calcuta* "No hablaré mal de ninguna persona, y hablaré todo el bien que sé de todos".

–*Benjamín Franklin* "Ésta es la prueba máxima de un caballero: su respeto por quienes pueden no tener ningún valor para él".

–*William* Lyon *Phelps* "Nadie puede hacerte sentir inferior sin tu consentimiento".

–*Eleanor Roosevelt* "La luz que brilla más lejos, es la que brilla más fuerte en el hogar". "El amor es acciones, y no buenos discursos".

–*Proverbio español* "El amor calienta más que mil fuegos".

–*Proverbio inglés*

SENDEROS DE LA NATURALEZA HACIA EL RESPETO

Mantén los ojos y los oídos abiertos a los senderos de la naturaleza

hacia el respeto. No tienes que ser un biólogo para aprender valores de la naturaleza. Hasta los habitantes de la ciudad pueden observar la naturaleza en los zoológicos y en las reservas naturales. Las bibliotecas prestan libros y vídeos que hablan de la naturaleza. Ayuda a tus hijos a ir más allá de los hechos, a su significado y a su relación con los valores. Podrías preguntar: ¿Qué podemos aprender acerca del respeto en este vídeo del antílope africano? Con un poco de ayuda, los niños captarán la idea y aparecerán con un montón de ideas que relacionan la naturaleza con los valores. Cuanto más lo hagan, más fácilmente surgirán las relaciones.

Las olas del mar: Las olas del mar son una fuerza poderosa que hay que tener en cuenta. Los marineros respetan su fuerza y lo que pueden hacer. Se han registrado olas de más de treinta metros de altura. Aun en los grandes lagos se han registrado olas de hasta seis y nueve metros de altura. Un terremoto en Portugal, en 1955, envió olas hasta las Indias occidentales, una ola detrás de otra a través del océano. (Busca un mapa y observa cuán lejos viajaron las olas.) Una ola no recorre todo el camino, pero una sucesión de olas lleva la marea a través de todo el océano. Las olas merecen nuestro respeto, y Dios, el Creador de los océanos, ciertamente merece nuestro respeto.

Los animales: Los animales tienen un instinto de preservación de sus cuerpos y de protección a sus crías. Buscan alimento para sus crías y para ellos. Comen sólo lo que les dará fuerza. En los climas fríos, los animales almacenan alimento para el invierno, o comen lo suficiente para tener grasa para quemar durante los meses de hibernación. No existen animales silvestres obesos. Sólo las mascotas se vuelven perezosas, no hacen ejercicio y comen de más. Los animales silvestres no se destruyen a sí mismos. Sólo los humanos comen lo que no es bueno para ellos, destruyen a sus niños por medio del abuso y se autodestru- yen por medio de malos hábitos de vida. En el mundo natural, muchos animales viven en grupos sociales. Cada grupo tiene un líder que es respetado por todos los miembros del grupo. El líder es responsable de la seguridad del grupo y de encontrar provisión adecuada de alimento para cuidar de las crías del grupo. Podemos aprender muchas lecciones acerca del respeto a nosotros mismos y a nuestros líderes, de diferentes animales.

SENDEROS COTIDIANOS HACIA EL RESPETO

Las situaciones cotidianas que tu hijo enfrenta son la mejor manera de enseñar valores. Usa estas pequeñas historias, o experiencias similares, para abrir la puerta al pensamiento de tu hijo.

Niñez temprana: Escupir.

Ignacio, de 2 años, y su mamá fueron a visitar a su vecina Juanita. Cuando llegaron allí, Juanita tomó en brazos a Ignacio, para jugar con él, pero Ignacio no quería jugar. Cuando Juanita siguió tratando de jugar con él, Ignacio la escupió en la cara, intencionalmente. Luego le pegó. ¿Fue eso algo lindo? ¿Cómo te parece que se sintió Juanita cuando Ignacio la escupió? ¿Qué puede hacer Ignacio ahora para que Juanita se sienta mejor? ¿Qué debería hacer la mamá de Ignacio?

Niñez tardía: Insultos.

Una mañana en la escuela, Abel se burlaba de Mario, insultándolo y arrojándole papelitos. Abel pensaba que eso era divertido, pero Mario no pensaba lo mismo. Cuando los otros niños comenzaron a reírse de las bromas que hacía Abel a expensas de Mario, éste comenzó a llorar y salió del aula murmurando "Déjenme solo". Cuando la maestra (profesora) se dio cuenta de lo que había pasado, envió a otro alumno a buscar a Mario y le pidió a Abel que pasara al frente de la clase. ¿Qué puede hacer o decir la docente en este momento para enseñarle a Abel (y a los demás alumnos) que lo que él hizo (ellos hicieron) no fue divertido, sino irrespetuoso?

Adolescencia: Respuestas insolentes.

Una noche, Alfredo invitó a su mejor amigo, Samuel, a su casa a jugar al fútbol en su nuevo videojuego. Cuando estaban listos para comenzar a jugar, la mamá de Alfredo entró en la habitación de él y le pidió con bondad que fuera hasta el almacén a comprarle algo. Alfredo inmediatamente le contestó en forma brusca por haberlo interrumpido y concluyó su discurso grosero diciendo: "¡Déjame tranquilo! ¿Por qué no vas a comprarlo tú?"

Samuel estaba consternado por la forma en que Alfredo respondió al pedido de su mamá. Sintió que Alfredo había sido muy irrespetuoso con su madre. ¿Qué puede decirle Samuel a su amigo (sin molestarlo

demasiado) para ayudarlo a darse cuenta de que fue irrespetuoso con su madre? ¿Cómo puede Samuel ayudar a su mejor amigo a desarrollar más respeto por su madre?

CLAVES PARA EL RESPETO

1. Trata a tu cónyuge, a tus hijos y a tu familia extendida con amor y respeto.
2. Concéntrate en encontrar lo bueno en las personas.
3. Muestra respeto y honra hacia los ancianos.
4. Muestra preocupación e interés por los que tienen desventa jas y discapacidades.
5. Incluye a personas de diferentes razas y culturas en el círculo de amigos de tu familia.
6. Enseña a tus hijos a ser corteses con todas las personas.
7. Apoya y respeta a los líderes y las leyes de tu comunidad.
8. Enseña a tus hijos a respetar sus cuerpos y a respetarse a sí mismos.
9. Enseña a tus hijos a tratar a otros de la manera en que les gustaría ser tratados a ellos.
10. Respeta la Palabra de Dios como la guía de vida de tu familia.

* ***Nota del traductor:*** **Persona reconocida como autoridad en materia de buenos modales.**

Capítulo 12

Responsabilidad

***Todo lo que te viniere a la mano para hacer, hazlo según tus fuerzas* (Ecl. 9:10).**

os abuelos de Benjamín estaban planeando un viaje alrededor de la isla durante su visita por las fiestas, deteniéndose en los lugares interesantes a lo largo del camino. La hermana de Benjamín iría con los abuelos, y también sus primos y sus tíos. Pero –y era un pero muy *grande*–, Benjamín había aceptado el papel de un ángel en el programa que su iglesia iba a presentar el fin de semana de Navidad, y el último ensayo era durante el viaje. Sería tan divertido ir, pero se suponía que debía estar en el ensayo. ¿Por qué todo tenía que ser al mismo tiempo? Al final, ganó la responsabilidad, y Benjamín se quedó. Él y sus padres se unieron al viaje el último día, después del ensayo. La pasaron muy bien en el nuevo museo del observatorio. Y el programa salió muy bien.

Pregúntale a cualquier docente, o jefe o pastor de iglesia. Pregúntale a cualquier padre. La responsabilidad es el rasgo de carácter indispensable que muchos niños –y adultos– no tienen. Todos están dispuestos a ayudar si no les resulta inconveniente. "Enseñaré la lección los fines de semana que no salga de paseo". "Tocaré el piano si me despierto a tiempo". Al maestro (profesor) le dicen: "No tuve tiempo de terminar la tarea". Más tarde, a un amigo: "¡Qué buena estuvo la película

que dieron en la televisión anoche!"

La responsabilidad pondrá a tus hijos a la cabeza de la fila en la escuela y en el trabajo. Todo el mundo está buscando una persona realmente responsable, alguien con quien se pueda contar todo el tiempo.

¿Cómo puedes enseñarle a tu hijo a ser responsable? Los niños parecen ser irresponsables. Por supuesto, porque son niños. Nadie nace responsable, aunque algunos niños aprenden responsabilidad más rápido que otros.

¿Cómo se ve la responsabilidad en la vida real?

Concienzudo Fiel

Confiable Cumplidor

Digno de confianza

CUANDO SOY RESPONSABLE...

Se puede confiar en que cumpliré mis compromisos.

Soy confiable. Terminaré el trabajo y hasta haré algo extra.

Hago mi parte para hacer feliz a mi familia.

Puedes contar conmigo. Haré mis trabajos bien y cumpliré mis promesas.

Pienso realmente en mis acciones y en lo que ellas significarán para mí y para otros.

Tomo decisiones basado en una consideración cuidadosa de lo que Dios quiere que haga y con oración. Puedo postergar en este momento el placer, porque sé que Dios tiene un plan mejor para mí en el futuro.

I

[...] Cuando estábamos con vosotros, os ordenábamos esto: Si alguno no quiere trabajar, tampoco coma. *2* Tesalonicenses 3:10.

[...] En lo poco has sido fiel; te pondré a cargo de mucho más. Mateo 25:21, NVI.

[...] Sé fiel hasta la muerte, y yo te daré la corona de la vida. Apoc. 2:10.

CÓMO VE DIOS LA RESPONSABILIDAD

Dios quiere que haga mi trabajo lo mejor que pueda y que lo haga hasta el final. La manera en que Dios lo dice es a través de la palabra *fiel.* Mi fidelidad honra a Dios, mi Creador y Salvador. Ohhhhh... quiero honrar a Dios, pero a veces me olvido y me equivoco. A

veces no quiero hacer las cosas lo mejor que puedo. ¿Cómo puedo ser fiel y responsable? Dios dice: "Yo estaré contigo. Te rodearé con mi amor como si fuera una manta. Prometo estar siempre allí cuando sea difícil ser responsable. Seré fiel a ti, porque quiero que seas fiel hasta el final". ¡Ajá! Ya veo. La responsabilidad no es tan sólo hacer bien mi trabajo y cumplir mis promesas. La responsabilidad cristiana es tener a Jesús en el centro de mi vida, manteniéndome fiel.

Personajes bíblicos

Algunos personajes bíblicos que fueron responsables y fieles: Abraham (Gén. 14:14-24), José (Gén. 47:1-12), Moisés (Éxo. 19; 20), Ester (Est. 4:15, 16), Daniel (Dan. 1), María y José (Luc. 2:39, 40), Pablo (Hech. 27), Hananías (lee acerca de él en Neh. 7:2).

¿Cómo mostró cada una de estas personas su fidelidad? Lean acerca de cada uno. Hablen sobre su fidelidad y responsabilidad. ¿Se equivocaron algunas veces? ¿Qué hizo Dios entonces? ¿Cómo las ayudó Dios a aprender? Hagan un cartel, un *collage* o un librito acerca de cada persona que estudien. Hagan dibujos o escriban historias acerca de cómo fue responsable y fiel cada uno. Inventen un canto o hagan una dramatización acerca de una de las historias.

CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A DESARROLLAR RESPONSABILIDAD

Para el momento en que comienzan la escuela, los niños ya han aprendido muchas lecciones de responsabilidad o irresponsabilidad. Se nota. Cuando enseñaba en primer año, para el final de la primera semana de clases yo ya sabía qué niños venían de un hogar donde se enfatizaba la responsabilidad.

PAUTAS GENERALES

1. **Sé ejemplo de responsabilidad con tu propia vida.**

Muestra que la responsabilidad es muy importante para ti, viviéndola. Cumple las promesas que les haces a tus hijos. Si dices que les vas a comprar un helado si se portan bien durante el viaje al centro de compras, hazlo. No digas: "Se hizo muy tarde. Lo haremos la próxima vez".

Muestra que eres responsable en las cosas que *tú* tienes que hacer. No te sientes y leas un libro o mires televisión cuando en la cocina el lavaplatos está rebalsando de loza y de comida, y los niños necesitan ayuda con sus tareas escolares. Sé responsable con tus propias tareas. Haz tu cama, cuelga tu ropa, mantén las cosas ordenadas si esperas que tus hijos hagan lo mismo. Cuando tienes alguna responsabilidad en la iglesia o en la comunidad, sé alguien en quien se puede confiar. Los niños notan cuando te encoges de hombros y dices: "Estoy seguro de que el director encontrará a otro que arme el *stand* para la venta". Si eres responsable, ellos probablemente lo serán también.

2. **Dsiles a los niños responsabilidades reales.** Comienza cuando son muy pequeños. Con tu ayuda, la Srta. Tres años puede guardar sus juguetes. Puede ser responsable de guardar su piyama cuando se levanta. El Sr. Cuatro años puede estar aprendiendo a cepillarse los dientes todos los días sin que se lo recuerden. Los niños mayores pueden ser responsables de sacar la basura, cortar el pasto, lavar los platos o el auto, guardar las provisiones, cuidar al bebé mientras mamá o papá preparan la cena, o preparar ellos mismos la cena. Pueden ser verdaderos miembros de la empresa familiar, con responsabilidades reales. También pueden ser responsables de sus trabajos fuera de la casa –la escuela–, al hacer con prontitud sus tareas, entregándolas a tiempo, al presupuestar su tiempo para poder hacer sus proyectos grandes, al estudiar para las pruebas, al mantenerse al día con las tareas, al ir a tiempo a las prácticas y las clases.

3. **Observa y elogia las acciones responsables.** A los niños les gusta saber que están haciendo las cosas bien. Cuando los niños están aprendiendo a ser responsables, elogia toda evidencia de responsabilidad. Luego, disminuye los elogios a uno de vez en cuando, en lugar de hacerlo todo el tiempo. Nota especialmente cualquier exhibición inusual de responsabilidad y buen juicio. Mamá le pidió a Keila, de 10 años, que cuidara a Erica, su hermanita de 2 años, mientras ella iba a hacer las compras. Las niñas estaban divirtiéndose en la piscina que tenían en el patio, cuando Erica accidentalmente pisó un pedazo de vidrio y se hizo un corte en el pie. Keila la consoló, la llevó adentro, le lavó bien el pie, hizo presión hasta que se detuvo el sangrado, le puso desinfectante y cubrió el corte con una venda estéril. Cuando mamá volvió,

elogió a Keila por su rápida acción y su buen juicio.

4. Usa la regla de la abuela tanto como sea posible en lugar de recompensas tangibles. La abuela siempre decía "Primero el deber, después el placer" y "la espinaca antes del postre". Estimula a los niños a ser responsables, haciendo primero su trabajo. El juego viene después del trabajo. Es más probable que los niños cumplan con sus responsabilidades si tienen algo interesante que quieren hacer después. La abuela era bastante inteligente en cuanto a cómo criar niños, después de todo. Las estrellitas, las figuritas autoadhesivas y las marcas en un cuadro son útiles para ayudar a los niños a recordar sus responsabilidades. Pagarles por todo lo que hacen –las notas buenas, las tareas de la casa– produce niños irresponsables, que harán algo solamente si se les va a pagar. Están trabajando por dinero, en lugar de trabajar por el buen sentimiento de ser una persona responsable con la que los demás pueden contar.

5. No rescates a los niños de las consecuencias de su conducta. Aprender a ser responsable incluye aceptar las consecuencias de la conducta irresponsable. Si Daiana se pone a leer un libro durante dos horas cuando debería estar haciendo su proyecto de Ciencias Sociales, no corras a ayudarla para que lo termine a tiempo. Déjala que luche con las consecuencias de su conducta irresponsable. Aprenderá responsabilidad sufriendo las consecuencias de una mala nota. Las consecuencias naturales son una herramienta maravillosa de enseñanza de la vida real. No prives a tus hijos de las mejores experiencias de aprendizaje rescatándolos cada vez que están en un aprieto. Naturalmente, cuando el aprieto no sea culpa de ellos, llama a una operación familiar de rescate.

6. Dialoga acerca de las consecuencias a corto y a largo plazo de las conductas. Trata de hacer que tus hijos comiencen a ver hacia adelante lo que podría ocurrir, mirar a lo lejos por el camino, y a la vuelta de la esquina, si te agrada decirlo así: "Si te olvidas de hacer tus tareas... Si te olvidas de guardar la leche en el refrigerador... Si juegas con tus videojuegos en lugar de hacer tus tareas escolares... Si no le das de comer al perro... Si molestas a tu hermano..."

Jueguen al juego de "¿Qué pasará si...?" No te apresures a las respuestas. Espera que el pensador que hay dentro de elk»:~ pierte.

7. **Establece consecuencias para la conducta irresponsable.** Las consecuencias pueden ser frenos muy efectivos para la conducta irresponsable. Si tu hijo sabe que perderá privilegios significativos si actúa en forma irresponsable, pensará cuidadosamente su conducta y probablemente se inclinará hacia el lado de la responsabilidad. Asegúrate de que las consecuencias sean apropiadas a la edad del niño. No trates a la Srta. Trece años como tratas a la Srta. Tres años. Pero establece consecuencias claras para la conducta irresponsable.

8. **Enseña que la responsabilidad tiene dos lados: evitar lo malo y hacer lo bueno.** "Yo no hice nada malo" no significa que el niño actuó responsablemente. Quizá debería haber tomado alguna acción positiva. A algunos niños les cuesta mucho aprender esto, pero no te desanimes. Con el tiempo, la idea prenderá. Hiciste algo malo o no hiciste algo bueno son los dos lados de una misma moneda. De cualquiera de las dos maneras actuaste irresponsablemente.

9. **Ayuda a los niños a hacerse responsables por su conducta: admitir su error, decir la verdad, disculparse, restaurar y comprometerse a acciones más responsables en el futuro.** Admitir una mala acción abre la puerta al aprendizaje. Tu hijo no se beneficiará de su error a menos que primero admita que lo cometió. Sé paciente y persistente. Usa preguntas en lugar de gritar (ver el capítulo
4) . No avances al siguiente paso hasta que tu hijo admita su error. Hablen de lo que debe pasar a continuación, y ayúdalo a seguir el camino para arreglar las cosas. Acompaña a tu hijo cuando vaya a devolver el dulce que robó en el negocio. Muéstrale tu apoyo, pero no devuelvas el dulce por él. Él necesita pedir disculpas y hacer restauración. Asegúrate de obtener su compromiso de actuar más responsablemente en el futuro. A veces un contrato escrito puede ser muy útil para las conductas futuras.

10. **Estimula la responsabilidad hacia Dios, como también hacia la familia, los amigos y la comunidad.** Todos tenemos responsabilidades hacia nuestra familia, nuestros amigos, la comunidad, y para con Dios. Más que todo para con Dios. Ayuda a los niños a pensar qué significa cada una de estas áreas. ¿Qué responsabilidad tenemos para con Dios? ¿Para con nuestra familia? ¿Para con nuestros amigos? ¿Para con la comunidad? ¿Cómo expresamos estas responsabilidades?

PAUTAS FOCALIZADAS

Elegí dos áreas importantes para las pautas focalizadas: el trabajo y el dinero. Están relacionadas y, sin embargo, son diferentes. La responsabilidad en estas dos áreas ayuda mucho a hacer que la vida sea mejor y más sencilla. Obviamente, la responsabilidad incluye muchas otras cosas. Usa pautas similares para cualquier área específica en la que quieras concentrarte.

Responsabilidad en el trabajo

La niña que ha aprendido a sentir orgullo por un trabajo bien hecho, y que está automotivada hacia la excelencia, llega a la adultez con una enorme ventaja. Tiene actitudes responsables hacia el trabajo, que le servirán mucho el resto de su vida. Sabe cómo trabajar bien, posterga la gratificación hasta que el trabajo esté hecho, sabe cómo tener autodisciplina y perseverancia. Porque el trabajo ayuda a otras personas, se siente conectada con su comunidad. Probablemente querrá participar en actividades de servicio, en favor de su familia, de su iglesia y de su comunidad. El servicio será una parte importante de su vida.

Los niños comienzan a aprender actitudes hacia el trabajo y el servicio cuando son muy pequeños. Estas pautas ayudarán a tu familia a tener una ventaja inicial en el camino hacia esas responsabilidades:

1. **Comienza con trabajos sencillos y aumenta gradualmente la dificultad.** La Srta. Dos años puede ayudar a llevar el biberón, el Sr. Cinco años puede vaciar los cestos de basura, la Srta. Siete años puede poner la mesa y limpiarla después de la comida, y el Sr. Diez años puede cortar el pasto.

2. **Da instrucciones específicas para que tu hijo sepa cómo hacer el trabajo.** Los niños necesitan instrucciones claras. Cuando los niños puedan leer, escribe las instrucciones paso por paso en una tarjeta. Quien se encargue de ese trabajo puede buscar las instrucciones en la tarjeta. Pon juntas las tarjetas de cómo hacer todos los trabajos de la casa. Haz un agujero en cada una y únelas con una argolla. Di claramente cuál es el resultado final que esperas. Cierta vez estaba trabajando con una familia que tenía un hijo de 13 años de edad. La principal preocupación de los padres era que no hacía bien los trabajos que debía hacer en la casa. Cuando les pedí que fueran más específicos, **sus res**

puestas fueron muy vagas. Me di cuenta de que el hijo nunca iba a darles el gusto porque no podían decirle qué era lo que esperaban. Nos llevó cierto tiempo resolver exactamente qué tipo de resultados les agradaría. El chico parecía muy aliviado al saber exactamente qué era lo que se esperaba. Mientras el niño no sepa exactamente lo que esperas, no puede ganarse tu "bien hecho".

3. **Haz que trabajar sea gratificante.** Nota y elogia un trabajo bien hecho. Los niños necesitan saber que han hecho las cosas bien. Elogia la parte que fue bien hecha. Sé específico en tus comentarios: "Me gusta la forma en que limpiaste la vereda cuando cortaste el pasto hoy". La retroalimentación estimula a hacer mejor todavía el trabajo. No uses el trabajo como un castigo. Esto puede fácilmente desarrollar actitudes negativas hacia el trabajo. La única excepción es el trabajo que estaba claramente relacionado con una mala acción (trabajar para restaurar algo, como por ejemplo limpiar el piso de la cocina cuando el niño lo ensució descuidada o intencionalmente, o ganar dinero para pagar un juguete roto). Trabaja con tu hijo. El compañerismo hace que el trabajo sea más fácil y más divertido. Además, proporciona un poco del "tiempo de calidad" del que nos gusta hablar. La conversación fluye más fácilmente cuando las manos están ocupadas.

4. **Desarrolla actitudes responsables, positivas, hacia el trabajo.** Cuida lo que dices en relación con el trabajo. Si te quejas y gruñes por cada tarea, tus hijos lo harán también. Probablemente intentarán hacerlo, aunque tengas una actitud alegre, pero eventualmente copiarán tu actitud agradable. Haz notar cuánto contribuye el trabajo al bienestar de la familia. Trabajen juntos, como familia, para ayudar a un vecino anciano a barrer las hojas o a lavar los vidrios. Ayuda con los grupos de trabajo en la iglesia. Haz del trabajo una ocasión social. Canta cantos alegres mientras trabajas. Jueguen carreras para ver quién puede terminar primero de limpiar una ventana. Enorgullécete de un trabajo bien hecho.

5. **Estimula los trabajos fuera del hogar.** A medida que tus hijos van creciendo, anímalos a encontrar trabajos fuera de casa: cortar el pasto, repartir periódicos, barrer hojas o quitar la nieve, cuidar niños. Asegúrate de que tu hijo sepa cómo hacer el trabajo y de que sea razonable para su edad. Repasa los temas de seguridad con él. Exige que tu

hija complete un curso formal de entrenamiento antes de cuidar niños por dinero. Si no hay ningún curso disponible en tu comunidad, organiza uno tú misma con tu hija y sus amigas. Cuando esté cuidando niños, tu hija debe saber en todo momento adonde estás, por alguna emergencia. Trabajar para otras personas ayuda a tus hijos a madurar en su comprensión de las personas y de cómo llevarse bien con muchos tipos diferentes de seres humanos. Tu hija no será presionada tan fácilmente por sus pares, porque ya ha estado afuera, en el mundo real del trabajo. Tiene práctica en pensar con los pies firmes. Será más responsable.

Responsabilidad para con el dinero

Dales a tus hijos una ventaja inicial con respecto a su futuro financiero enseñándoles responsabilidad para con el dinero. La forma en que la gente gasta su dinero expresa a los gritos cuáles son sus valores. En el mundo de hoy, ser capaz de manejar bien el dinero —sea poco o mucho— es una habilidad vital. A la vista de Dios, el manejo del dinero prueba la lealtad y el compromiso con él. Dales a tus hijos una ventaja.

1. **Tan pronto como tu hijo conozca los nombres de las monedas y su valor en números, comienza a darle una pequeña cuota.** Explícale que, como miembro de la empresa familiar, tu hijo tiene la responsabilidad de ayudar con las tareas de la casa y que también tiene el privilegio de compartir las entradas. Haz que la cantidad esté de acuerdo con lo que esperas que haga con el dinero.

2. **Enséñale a apartar parte de su dinero para darlo a Dios y a otras personas.** Ayúdalo a contar y separar el diezmo (la décima parte), para darlo. Podría entregar esta cantidad todas las semanas en la iglesia o podría guardarlo para dar un regalo más grande. Comienza a enseñar a dar cuando los niños son muy pequeños. Dar a otros provee un antídoto contra el egoísmo.

3. **Enseña a tu hijo a apartar parte de su cuota como ahorros** (otro diez por ciento). Consíguele una alcancía atractiva, transparente, para que pueda ver cuánto ha ahorrado. Cultivar el ahorro es un hábito saludable. Comienza desde pequeño. Podría ahorrar dinero para comprarse algo que quiere.

4. **Tan pronto como tu hijo pueda escribir los números, ayúdalo a establecer un sistema sencillo de llevar la cuenta de**

sus entradas y de lo que ha gastado. Un pequeño cuaderno funciona bien. Puede escribir la fecha y la cantidad en la parte superior de la hoja. Los gastos van en los renglones de más abajo. Llevar la cuenta de lo que gasta ayuda a tener cuidado de cómo maneja el dinero. Cuando tu hijo recibe entradas adicionales, asegúrate de que lo incluya en su contabilidad. Cuando le das la siguiente cuota de dinero, revisa su sistema de contabilidad. Elogia las buenas decisiones y los registros cuidadosos.

5. Conversa con tu hijo acerca de qué cosas que hay que comprar son responsabilidad suya, antes de darle su cuota. A medida que va creciendo, aumenta la cantidad de dinero y los elementos que son su responsabilidad comprar. Por ejemplo, para cuarto o quinto año de primaria, podría ser responsable de comprar todo lo que necesita para la escuela (excepto los libros de texto, por supuesto). Esto podría incluir los útiles, los viajes de estudio, el almuerzo, regalos de cumpleaños para sus amigos, etc. Estima cuál sería la cantidad para todo el año, y dale una cuota apropiada. Asegúrate de que tenga dinero para cubrir sus gastos, para dar, para ahorrar, y “dinero para divertirse”. Pero no demasiado dinero “para divertirse”, necesita un incentivo para ganarlo.

6. Aumenta gradualmente sus responsabilidades financieras, hasta que esté comprando toda su ropa cuando llegue a la educación secundaria. Decide cuánto dinero le darás para ropa anualmente y dáselo en cuotas mensuales. Anímalo a conseguir un trabajo fuera de casa, a fin de que pueda ganar dinero para otros gastos. Si lo necesitas en casa (para cuidar a un hermano menor, por ejemplo) y no tiene tiempo para otro trabajo, págale como harías si contrataras a otras personas para hacer ese trabajo. Exige durante esos años algunos ahorros para los estudios superiores y para otros proyectos a largo plazo. Muchos adolescentes quieren tener su propio auto, pero la mayoría de las familias no pueden darse ese lujo. Aun si puedes comprarle un auto a tu hijo, generalmente no es una buena idea. Los estudios indican que los alumnos de enseñanza secundaria que no tienen auto obtienen mejores notas y están más involucrados en actividades extracurriculares.

7. Antes de que tus hijos se vayan de casa, dales la experiencia de comprar las provisiones para la familia y de pagar

las cuentas de la casa durante tres meses. Pueden comprar las provisiones de tu lista, teniendo cuidado de buscar ofertas. Pagar las cuentas de la casa les concede experiencias de la vida real en cuanto a leer las facturas, hacer lo pagos a tiempo, escribir y enviar cheques. Por supuesto que tú tienes que firmar los cheques, puesto que es tu cuenta. La mayoría de los adolescentes se asombra al ver cuánto dinero se necesita para pagar tan sólo las cuentas regulares de la casa. Es una pizca de información muy útil. El último año que nuestro hijo vivió en casa (estaba terminando sus estudios terciarios), eligió como su trabajo para todo el año hacer las compras de los comestibles. Lo hizo bien, buscaba las ofertas, y aprendió cuánto dinero se necesita para alimentar a una familia. Un año más tarde estaba casado.

8. **Dales a tus hijos alguna experiencia con los préstamos y con el pago de intereses.** Si a alguien le surge un gasto imprevisto y necesita dinero, hazle un préstamo formal. Decidan la cantidad y cóbrale el mismo interés que cobran las principales tarjetas de crédito. Ésta es una buena oportunidad para que tu hijo haga algunos cálculos matemáticos de la vida real. Decidan un cronograma de pagos. Lleva la cuenta de los pagos y del interés pagado. Tus hijos captarán muy rápidamente la idea de que cuesta mucho comprar a crédito, una lección que deben aprender para tener un futuro financiero responsable. Muchos adultos nunca aprendieron la lección; sus tarjetas de crédito siempre están al límite. Por supuesto que es más fácil que le des el dinero a tu hijo, en lugar de molestarte con los pagos y los intereses, pero también necesita aprender la lección de las compras a crédito.

9. **No le pagues a tu hijo por hacer sus tareas habituales.** Todos necesitan ayudar en la empresa familiar. Ésa es una de sus contribuciones. Sin embargo, creo que es apropiado pagarles por las tareas extra. Por ejemplo, cuando mis hijos eran adolescentes, averigüé en un servicio de limpieza cuánto cobrarían por limpiar las ventanas. Luego les ofrecí a mis hijos la oportunidad de hacer el trabajo. Me lo sacaron de las manos, porque pagaba bien y querían el dinero. Si pides a tus hijos que sean responsables de sus propios gastos, entonces tienen incentivo para trabajar y ganar dinero. Si les das dinero cada vez que piden, no tienen incentivo para ganarlo. Piensan que el dinero crece en los árboles: en el árbol del dinero de mamá o papá. No tienen idea de

cuánto trabajas para ganar ese dinero. Necesitan saber eso.

10. **Si has seguido un programa cuidadosamente planificado para aprender a manejar el dinero, cuando tus hijos lleguen a su último año de educación secundaria y al nivel universitario deberían ser bastante responsables con ese dinero.** Cuando nuestra hija fue a la facultad de Odontología, estábamos en una posición financiera tal, que pudimos darle, de una sola vez, todo el dinero que necesitaría para su carrera (un préstamo sin interés, digámoslo así). Cuando cuento este incidente en mis seminarios, siempre hay alguien que pregunta: "¿Cómo sabían que no se volvería loca, que se compraría un auto deportivo nuevo, que gastaría todo el dinero y que luego ustedes tendrían que auxiliarla con las cuentas de sus estudios?"

Bueno, la conocíamos y no teníamos dudas. Estábamos bastante seguros de sus habilidades para manejar dinero. Después de todo, había pasado por una secuencia cuidadosa de aprendizaje. Ella invirtió el dinero y no tuvo que tocar el capital hasta su penúltimo año. Más aún, cuando terminó le quedaban diez mil dólares. Entonces se compró un auto nuevo. Hizo sus pagos del préstamo educacional fielmente, hasta que tuvo su primer bebé. Entonces decidimos cancelar el resto y dárselo como un regalo. Todavía maneja el dinero de su familia muy cuidadosamente. Cuando pidieron hace poco una hipoteca, la compañía se asombró al enterarse de que no tenían deudas, ni siquiera deudas de tarjetas de crédito. Conozco otra pareja joven cuyas tarjetas de crédito -y tienen varias- siempre están al límite, y pagan cientos de dólares anuales de intereses. Naturalmente, parecen no poder progresar financieramente. Desgraciadamente, ellos también aprendieron hábitos de administración financiera en su hogar, cuando estaban creciendo, hábitos que no les enseñaron a postergar la gratificación, hábitos que no los están ayudando ahora. Asegúrate de que tu hijo aprenda a ser responsable con el dinero.

¿PROBLEMAS CON LA RESPONSABILIDAD?

Algunos niños son naturalmente más responsables que otros. Parecen haber nacido de esa manera o, por lo menos, lo aprenden con mucha mayor facilidad. La responsabilidad parece encajar dentro de su personalidad. Los hijos mayores parecen entrar dentro de este molde

bastante a menudo, pero no siempre. Los padres se enorgullecen de cuán bien les han enseñado responsabilidad a estos niños, hasta que llega un hermanito, un niño despreocupado, que recorre la vida silbando, sin pensar para nada en el mañana, y ni siquiera en el hoy. Entonces, se preguntan qué salió mal. El dado de los genes les dio un niño al que no le importa mucho ser responsable. Y no quiere aprender. Será un desafío en el juego de la responsabilidad.

Otros niños son irresponsables, nunca completan las tareas escolares ni sus trabajos, no cumplen sus promesas y no se puede confiar en que recuerden nada. Pero no es por su personalidad. Sencillamente, han aprendido malos hábitos, hábitos de irresponsabilidad en el trabajo, para con el dinero, las promesas, lo que sea. Nunca han tenido una oportunidad, porque su familia no insistió en que aprendieran a ser responsables.

De cualquier manera –aprendida o innata–, estos niños necesitan aprender a ser responsables. Comienza por el principio. Repasa las pautas dadas. Piensa en qué te equivocaste con este niño. Elige una o dos áreas en las que quieres desarrollar responsabilidad. Redacta un contrato con tu niño o adolescente. Di exactamente qué tipo de conducta esperas y cuáles serán las consecuencias de no seguir las pautas. Asegúrate de que tu hijo pueda decir algo en este contrato. Haz todo lo posible para involucrarlo en el proceso. Si no se involucra, usa tu autoridad como padre para decirle a tu hijo lo que esperas de él. Sigue sin falta la regla de la abuela: el trabajo antes que el juego. Haz que sea gratificante ser responsable. Elogia los esfuerzos y los progresos. Avanza gradualmente hasta el momento en que tu hijo se enorgullezca de ser responsable.

Si el niño es pequeño, dile exactamente lo que esperas de él: "Esperamos que recojas tus piyamas todas las mañanas. Te lo recordaremos sólo una vez. Si lo haces, puedes poner una carita feliz en tu cartilla. Si no lo haces, habrá una consecuencia que no te gustará". Luego cúmplelo. Los niños pequeños generalmente responden a los incentivos: estrellitas o caras felices en una cartilla con sus responsabilidades de trabajo o un abrazo por un trabajo bien hecho. Sin embargo, debe haber consecuencias claras si ignora el plan.

Un niño es irresponsable, generalmente, porque sus padres no han

insistido en que sea responsable. Muchos padres me dicen que han probado con cartillas y consecuencias, y que nada parece marcar una diferencia. Pero cuando indago en los detalles de las cosas que han probado, generalmente resulta que ellos mismos no han sido responsables. A veces hacen el seguimiento, pero la siguiente vez están cansados o apurados, y el niño hace lo que quiere. Ésa es la manera más segura del mundo de desarrollar conductas irresponsables en tus hijos.

Los niños son rápidos para captar que no siempre quieres decir lo que dices. Siempre esperan que esta vez no digas o hagas nada. Te prueban cada vez. Si a veces cumples, y otras veces no, ellos continuarán probando y nunca desarrollarán una conducta responsable consecuente. Llamamos a esto refuerzo al azar. Es muy poderoso. La conducta continúa, porque nunca puedes decir cuándo obtendrás una recompensa. La pesca y los juegos de azar son actividades muy populares. ¿Necesito decir algo más?

Si las consecuencias son consecuentes y fáciles de predecir, eventualmente los niños se cansarán de golpearse la cabeza contra la pared y aprenderán a hacer lo que se espera de ellos. Un niño de voluntad especialmente fuerte probará de vez en cuando para ver si la pared todavía aguanta. Si es así, retrocederá y continuará en el camino de la responsabilidad. El niño despreocupado siempre tendrá una lucha más grande con la responsabilidad, pero puede aprender.

Corregir la conducta irresponsable no ocurre de la noche a la mañana. Sé consecuente y no te desanimes. Eventualmente, tu hijo responderá, aunque las cosas probablemente empeorarán antes de mejorar. ¿Por qué? Porque el niño está acostumbrado a hacer lo que quiere la mayor parte del tiempo y tolera tus ocasionales molestias, cuando lo haces ser responsable de sus acciones. Tratará de empujar la pared todas las veces, hasta que aprenda que simplemente no se mueve. Entonces, las cosas mejorarán muchísimo. Vale la pena aguantar.

José siempre había sacado buenas notas y hacía sus tareas escolares. De repente, cuando cursaba octavo año, sus notas se vinieron abajo y desarrolló una actitud del tipo "no me importa nada" hacia la escuela y el trabajo. Sus padres hablaron con sus docentes, hablaron con él, probaron con los incentivos y las consecuencias de siempre. No pasaba nada. José, que antes era responsable, se había vuelto seriamente

irresponsable. Era el momento para una acción severa. José podía fácilmente desarrollar un hábito de irresponsabilidad que no lo ayudaría en la adolescencia y después de ella. Los padres de José decidieron sacar sus armas largas y hacerle saber a José que hablaban en serio.

Las armas largas quieren decir **"¡Esto es realmente en serio!"** Los padres de José cerraron con llave la habitación de José, en la que estaban todos sus juguetes electrónicos, y le dijeron que tendría acceso a su habitación cuando sus notas volvieran a lo normal. Mientras tanto, durmió en el sofá de la sala de estar. Tenía acceso a su dormitorio sólo para sacar su ropa. No podía estar con sus amigos después de la escuela ni los fines de semana. Le exigían que se sentara a la mesa del comedor, bajo la supervisión de un adulto, a hacer sus tareas escolares. No podía mirar televisión tampoco. Debía cumplir con sus tareas de la casa. En otras palabras, su vida estaba bastante vacía de las cosas "divertidas" que antes disfrutaba.

Pasaron seis semanas, y no había mejoría en sus notas. De hecho, hacía las tareas y se "olvidaba" de entregarlas al profesor (maestro). Pero sus padres no aflojaron.

—Hijo, es tu problema —le dijeron—. Tú tienes la llave de las cosas "divertidas" de tu vida.

Así que, continuaron con el contrato establecido. Finalmente, José se dio cuenta de que hablaban en serio. No le iban a permitir ir a visitar a sus amigos, ni mirar televisión, ni entrar en su dormitorio, ni jugar con los juegos de la computadora hasta que sus notas mejoraran. De pronto, en tres semanas sus notas saltaron hacia arriba con respecto a lo que habían sido antes y permanecieron allí.

Más adelante, cuando había alguna ligera inclinación hacia la irresponsabilidad, sus padres sólo tenían que decir: "¿Recuerdas cuando estabas en octavo?"; y José, de repente, encontraba muy deseable ser responsable. Como joven adulto, José se ríe de la experiencia del "octavo año" y reconoce que fue exactamente lo que necesitaba.

Requiere tiempo y esfuerzo hacer el seguimiento para estar seguro de que tu hijo está aprendiendo. Quizá tengas que reducir tus propias responsabilidades a fin de tener más tiempo para ayudar a este niño a aprender. Ora para que Dios te ilumine y te dé fuerzas para actuar. La irresponsabilidad puede corregirse.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

La pelota de la responsabilidad: Asegúrate de que cada miembro de la familia entienda qué significa la palabra responsabilidad –ha- cer lo que dijiste que harías, por ejemplo– antes de comenzar esta actividad. Pide a todos que se sienten en el suelo formando un círculo, un cuadrado o un triángulo, dependiendo de cuántos jueguen. Arroja o haz rodar la pelota hacia alguien y canturrea: "La pelota de la responsabilidad va hacia ti. Dinos lo que hiciste hoy". La persona que recibe la pelota cuenta de alguna ocasión en la que fue responsable ese día ("Hice mi cama"), luego arroja la pelota a otra persona. Cuanto más rápido se desarrolle el juego, más divertido es. Aun los niños pequeños lo pueden captar bastante rápidamente. Se puede adaptar el juego para diferentes edades, permitiendo que los niños más pequeños repitan algo, pero que los niños mayores y los adultos piensen en algo nuevo cada vez. Si una persona no puede pensar en algo, los demás miembros de la familia pueden ofrecer sugerencias. Si tus niños necesitan más actividad, dramaticen en lugar de decir lo que ocurrió. Ésta es una buena manera de centrarse en lo positivo.

Las mejores compras: Vayan en familia al centro de compras, para aprender a comprar. Decidan antes cuál es su meta, algo que el niño quiere comprar con el dinero que ha ahorrado. Ayúdalo previamente a pensar qué cualidades del producto son importantes. Vayan a todos los comercios que tengan el artículo deseado, para comparar precios. Lleven una carpeta o una hoja de papel en la que el niño pueda anotar el nombre del negocio y el precio. Completen el viaje de compras adquiriendo el producto al mejor precio y dándoles a todos algo especial (una golosina). Los niños necesitan adquirir mucha experiencia en hacer "buenas compras". Comparen los anuncios de los precios de los supermercados. Muestra a los adolescentes cómo comparar antes de hacer una compra grande. Múestrales cómo estudiar las revistas para los consumidores o los sitios de Internet para hacer evaluaciones de calidad. Miren los anuncios de artículos usados. Convierte esto en un juego familiar de buscar "las mejores compras".

CITAS SABIAS

¿Qué te decían tus padres acerca de la responsabilidad, el trabajo y

el dinero cuando estabas creciendo? Si era algo valioso, transmítelo a tus hijos o elige algunas de las siguientes citas sabias:

"Considérate a ti mismo responsable de una norma más elevada que la que los demás esperan de ti. Nunca te excuses a ti mismo".

–Henry *Ward Beecher*

"La excelencia nunca es un accidente".

"Una puntada a tiempo ahorra nueve".

–Proverbio tradicional

"No hay embotellamiento de tránsito en la segunda milla".

"Cuando invitas a las dificultades, generalmente aceptan rápido".

"Promete sólo lo que puedes entregar. Entonces entrega más de lo que prometiste".

"Los sueños se cumplen para los que trabajan mientras sueñan".

"Un centavo ahorrado es un centavo ganado".

–Proverbio tradicional

SENDEROS DE LA NATURALEZA HACIA LA RESPONSABILIDAD

Dios nos habla por medio de la naturaleza. Mantén los ojos y los oídos abiertos a los caminos de la naturaleza hacia la responsabilidad.

Hormigas: Pon algunas migas sobre la vereda o en el patio de tu casa. Observa a las hormigas reuniéndose para llevar el alimento a su hogar (o compra una granja de hormigas para observarlas, o ve a algún centro de conservación de la naturaleza para ver una). Observa la larga fila y cómo cooperan entre ellas. Las hormigas trabajan juntas a fin de reunir alimento para el invierno, y para proteger sus túneles y depósitos de alimento. Son limpias, honestas y trabajadores. Nadie esquiva el trabajo. Cada hormiga es responsable de su parte, y juntas realizan el trabajo. La Biblia incluso presenta a las hormigas como ejemplo, porque son buenas trabajadoras (Prov. 6:6–8).

Castores: Da un paseo por el bosque para ver si puedes encontrar un dique construido por castores. Observa los árboles que han cortado los castores, el dique que construyeron y sus casas. Si no hay castores donde tú vives, consigue en una biblioteca un vídeo o un libro que hable de ellos. Observa cuán trabajadores y responsables son los castores. Construyen la mejor casa y el mejor lago, y trabajan mucho para reunir

alimento a fin de guardar para el invierno. Las **ardillas** también trabajan mucho juntando y guardando alimento para el invierno.

Lombrices: Busca lombrices o gusanos de tierra en la vereda o en el césped después de una lluvia. Las lombrices son indispensables para los agricultores y los jardineros. Procesan la tierra para que puedan crecer las plantas. En poco menos de media hectárea de terreno, las lombrices pasan diez toneladas de tierra por sus cuerpos. Son los arados rotatorios de la naturaleza.

SENDEROS COTIDIANOS HACIA LA RESPONSABILIDAD

La siguiente lista de evaluación se centra en formas cotidianas de ser responsable. Cada ítem puede adaptarse a niños menores o a adolescentes. Conversen acerca de las maneras en las que estás orgulloso

REVISIÓN DE LA RESPONSABILIDAD

	Raramente Siempre
Hago mis tareas escolares a tiempo	1 2 3 4 5
Trato de hacer bien mis tareas hogareñas	1 2 3 4 5
Cumplo mis promesas	1 2 3 4 5
Puedes contar con que terminaré los trabajos 1 2 3 4 5 que comienzo	
Estoy orgulloso de mis notas, porque hago lo mejor que está a mi alcance	1 2 3 4 5
Ayudo a mi familia todos los días. Soy parte del equipo familiar	1 2 3 4 5
Cuando trabajo por dinero, hago un trabajo que se corresponda con el pago	1 2 3 4 5
Llevo cuenta de mi dinero, gasto con cuidado y ahorro.	1 2 3 4 5

del creciente sentido de responsabilidad de tu hijo o de las maneras en las que puede mejorar. Estimula los comentarios relacionados con cada uno de los ítem, que den ejemplos y quizá que den ideas de otras áreas en las que se muestra la responsabilidad en la vida real. Quizá sugieran áreas en las que tú podrías mejorar. Haz planes para mejorar. Elogia siempre el progreso.

■

CLAVES PARA DESARROLLAR LA RESPONSABILIDAD

1. Ejemplifica la responsabilidad con tu propia vida.
2. Dales a los niños responsabilidades reales.
3. Nota y elogia las acciones responsables.
4. Cuando sea posible, usa la regla de la abuela en lugar de recompensas tangibles.
5. No rescates a los niños de las consecuencias de su conducta.
6. Dialoguen acerca de las consecuencias a corto y a largo plazo, de las conductas.
7. Establece consecuencias para la conducta irresponsable.
8. Enseña que la responsabilidad tiene dos caras: evitar lo malo y hacer lo correcto.
9. Ayuda a los niños a sentirse dueños de su conducta.
10. Estimula la responsabilidad para con Dios, como también para con la familia, los amigos y la comunidad.

■ *e*

Capítulo 13

Dominio propio y moderación

En cambio, el fruto del Espíritu es [...] dominio propio
(Gál. 5:22, 23).

n la actualidad, muchas personas están gobernadas por sus sentimientos. El periódico local de la ciudad donde vivo y los medios nacionales de noticias han resaltado los peligros de la “ira en el camino”: conductores enojados, con temperamentos listos para apretar el gatillo. *Mírame,* y *me desquitaré. ¿Qué derecho tienes a estar en el camino? ¡Lo quiero para mí solo! Estás en mi camino.* Y desahogan su ira, a veces a punta de pistola. Sospecho que no aprendieron dominio propio cuando eran pequeños.

¡Oh! ¿Viste a la nueva secretaria? Y una cosa lleva a la otra, y una Familia más se desintegra. Cada paquete contiene una advertencia: “Esto puede ser peligroso para su salud”. Pero la gente sigue fumando, consumiendo drogas y bebiendo alcohol. Casi cada revista que hojeo exalta las ventajas; para la salud, que tiene el ejercicio diario. Pero, ¿lo hago? Bueno, a veces... pero no todos los días. Parecería que no encuentro el tiempo en mi agenda. Pero el verdadero problema es que no tengo la suficiente autodisciplina para ir más allá de mis buenas intenciones.

A Carlitos le encanta leer. Prefiere leer antes que cualquier otra

cosa. Trabajar en la casa... *¿Qué es eso? ¿Tenía que darle de comer al gato?* Las tareas escolares... No *es para preocuparse. Las voy a hacer en algún momento.* ¿Practicar el clarinete? *Primero voy a terminar este capítulo.* ¿Sociabilidad? *¿Por qué tengo que jugar con* esos *chicos? ¿Sólo porque su familia vino a visitarnos?* Y Carlitos desaparece en su dormitorio para leer. *¿Por qué tengo que aprender a escribir? Es horrible. Algún día voy a tener una secretaria, y ella puede escribir por mí.* Carlitos tiene problemas con el dominio propio y la moderación. Es un chico inteligente y logra sacarse buenas notas en la mayoría de las materias, porque el trabajo escolar le resulta fácil; pero, a menos que aprenda a tener más dominio propio, su inteligencia no le servirá de mucho en el mundo real del trabajo.

La moderación es la otra cara de la moneda del dominio propio. Son como mellizos; van juntos. Dan como resultado una vida más feliz y más productiva. ¿Cómo podemos ayudar a nuestros hijos a incorporar el dominio propio y la moderación en su carácter?

Veamos cómo se manifiesta el dominio propio y la moderación en la vida real.

CUANDO TENGO DOMINIO PROPIO Y SOY MODERADO...

Estoy en el control de mis sentimientos. No tengo que gritar o enojarme cuando alguien me molesta. Puedo controlar la situación con calma.

Como lo que es bueno para mí. No me atiborro con comida chatarra todos los días. No introduzco sustancias perjudiciales en mi cuerpo, como drogas, alcohol y tabaco.

Trabajo para mantener mi vida organizada, de modo que pueda hacer las cosas. Trato de no postergar las cosas, sino que planeo por anticipado.

Puedo esperar para conseguir algo que quiero cuando sé que es mejor esperar.

Sigo las reglas de entrenamiento de mi equipo de deportes, aunque sé que a veces es duro.

Autodisciplin
a
Organización
Orden
Negación
propia
Temperancia
Moderación

No tengo que comprar en el momento todo lo que veo en el centro de compras. Pienso si lo necesito y si puedo pagarlo, antes de separarme de mi dinero.

Estoy decidido a permanecer virgen hasta que me case. Es difícil, pero sé que puedo hacerlo. Respeto a los amigos con los que salgo y no me meto en situaciones comprometedoras. Quiero entregarme a mi futuro cónyuge moralmente puro.

Pienso que hasta las cosas buenas pueden llevarse a un extremo. Si todos los programas de televisión fueran buenos, ¿los miraría a todos? Por supuesto que no. Tengo que elegir lo mejor de todo. No puedo hacer todo lo que se me viene a la cabeza. De eso se trata el dominio propio. Significa apagar la televisión o el juego de la computadora cuando tengo que estudiar. Significa hacer mi trabajo en casa antes de leer un libro o jugar a la pelota. Significa cuidar lo que digo y lo que hago.

CÓMO VE DIOS EL DOMINIO PROPIO Y LA MODERACIÓN

Dios nos hizo con la habilidad de pensar y sentir. Aunque ambas cosas son importantes en la vida, a veces puede resultar difícil manejar los sentimientos. A menudo tratan de convencernos de seguir el camino fácil, de ser perezosos e indisciplinados en nuestras vidas, de hacer lo que tenemos ganas en ese momento. Dios nos dio la habilidad de pensar, para que podamos decidir lo que es mejor o lo correcto y para que, con su ayuda, podamos hacerlo. Lo correcto no es siempre algo fácil.

El dominio propio es un rasgo de carácter que Dios desea para nosotros. Quiere ayudarnos a tener autocontrol para que podamos vivir vidas rectas y piadosas, no controladas por nuestras pasiones, sino por nuestro compromiso de vivir a la manera de Dios. Él está a nuestro lado ayudándonos cada día.

Personajes bíblicos

Las biografías de la vida real de la Biblia muestran la influencia positiva del dominio propio y el efecto negativo opuesto. Revísalas con tus hijos: Daniel y sus tres amigos en la corte babilónica (Dan. 1); Urías heteo y el rey David (2 Sam. 11); Acab y Jezabel (1 Rey. 21:1- 24); José y la esposa de su amo (Gén. 39); la reunión de José con sus

No os engañéis; Dios no puede ser burlado: pues todo lo que el hombre sembrare, eso también segará. Gálatas 6:7.

[...] Lo que el Espíritu produce es [...] dominio propio.
Gálatas 5:22, 23, DHH.

Como ciudad sin muralla y expuesta al peligro, así es quien no sabe dominar sus impulsos. Proverbios 25:28, DHH.

[...] Esfuércense por añadir [...] al entendimiento, dominio propio; al dominio propio, constancia.
2 Pedro 1:5, 6, NVI.

Porque la gracia de Dios se ha manifestado para salvación a todos los hombres, enseñándonos que, renunciando a la impiedad y a los *deseos mundanos, vivamos en este siglo sobria, justa y piadosamente, aguardando la esperanza bienaventurada.* Tito 2:11 -13.

Si, pues, coméis o bebéis, o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios.
1 Corintios 10:31.

hermanos (Gén. 42-45); Ofni y Finees y su padre Elí (1 Sam. 4.11-22); Na- dab y Abiú (Núm. 3:2-4); Jesús (Mat. 4:1-11; 27:32-66); el rey Hero- des y Salomé (Mat. 14:1- 12); el rey Belsasar (Dan.
5) ; Pedro trata de caminar sobre el agua (Mat. 14:22-33); Pedro en el huerto de Getsemaní (Mat. 26:36- 45). La lista continúa. Cuéntales algunas de estas historias a tus hijos. Léanlas en la Biblia. Anima a tus hijos a representarlas, a dibujarlas, a cantar, a hacer pantomima, a recortar y a hacer objetos de cerámica; cualquier cosa que se te ocurra que traiga a la mente la historia bíblica y su lección de dominio propio, para que llegue a ser parte de su pensamiento.

CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A DESARROLLAR DOMINIO PROPIO Y MODERACIÓN

El dominio propio parece ser más fácil para algunos niños que para otros. Algunos parecen tener una inclinación natural hacia la organización, el cumplimiento de un horario, y para resistir tentaciones ante las cuales otros niños ceden. Así como resulta fácil para tu pequeño colérico o melancólico y difícil para tu floreciente sanguíneo o flemático, el dominio propio es un rasgo de carácter de incalculable valor en todos

los aspectos de la vida. El dominio propio y la moderación rinden enormes recompensas. Algunos niños necesitan tan sólo un poco más de tiempo y de entrenamiento para captarlo.

PAUTAS PARA NIÑOS PEQUEÑOS

Lara, de 18 meses, estira una mano regordeta tentativamente hacia la planta que está sobre la mesa de la sala, luego gira su cabeza para ver qué hará mamá. Mamá había acomodado toda la casa a prueba de bebés, excepto por esa planta. Había decidido que Lara necesitaba aprender un poco de dominio propio y que podía enseñárselo haciendo que permaneciera alejada de úna cosa.

Mamá respondió en forma fácil de predecir. Lo había dicho antes.

–No, Lara. ¡No toques!

Y firme, pero cuidadosamente, había alejado la mano de Lara de la planta.

–¡No, no! –dijo mamá, sacudiendo la cabeza–. Ven a la cocina conmigo. Puedes jugar con las cucharas grandes.

Lara siguió a la mamá hasta la cocina y comenzó a golpear alegremente las cucharas grandes por un ratito. De pronto, el silencio se hizo abrumador, y mamá se dio cuenta de que era mejor investigar. ¿Adonde estaba Lara? No costaba mucho adivinarlo. Lara había puesto su mano nuevamente en la planta, y estaba rociando tierra sobre la mesa de la sala.

–¡No, Lara! ¡No, no! No toques.

Esta vez mamá le dio a Lara un chirlo en la mano. Lara lloró como si sus sentimientos estuvieran heridos, pero se dirigió nuevamente hacia la planta.

Le llevó un par de días a Lara captar que mamá realmente quería decir lo que decía. Lara no debía tocar la planta. Cada vez que se acercaba a la planta, la mamá reaccionaba de la misma manera. Lara y la mamá, incluso, cantaron un pequeño canto acerca de tocar: “Esto es de mami, no voy a tocar, porque la quiero mucho”. Lara había dado su primer paso hacia el dominio propio. Habría muchos pasos más que conquistar, pero estaba orgullosa de su logro. Cuando el papá llegó a la casa, Lara fue a la sala de estar, señaló la planta y dijo: “Mamá. No, no”. Pero no tocó la planta. El papá la abrazó y dijo: “¡Buena chica!”

Aprender dominio propio durante la primera infancia es un paso indispensable para construir el respeto propio, para el desarrollo social, el carácter y la espiritualidad. Los niños que respetan límites y que han aprendido dominio propio son queridos por los demás y reciben muchas "caricias" positivas cada día. Esto, a su vez, construye su respeto propio.

Los niños que no han aprendido dominio propio son el terror de los comerciantes y de las amas de casa, y alejan a sus compañeros de juegos. Por supuesto, reciben muy pocas "caricias" positivas, y su respeto propio sufre. Más adelante, la vida cristiana parecerá restrictiva. Les será muy difícil decirles "no" a las drogas y a la presión de los pares. Prefieren la gratificación instantánea de cada capricho y un estilo de vida basado en la idea de hacer sólo lo que les gusta.

Conseguir dominio propio es el principal logro del desarrollo en los niños pequeños. La mayoría de los niños lo habrán logrado a los 3 años, aunque no quiere decir que se controlarán siempre, pero saben cómo refrenar sus acciones y decirse a sí mismos que no harán ciertas cosas.

¿Cómo puedes ayudar a tu hijo pequeño a desarrollar dominio propio?

1. Concéntrate en una o dos lecciones importantes por vez. Una casa llena de objetos rompibles es demasiado para un deambulado^ pero puede aprender a no tocar una planta o un florero. No trates de enseñarle demasiadas lecciones de dominio propio al mismo tiempo. Tu pequeño se sentirá abrumado. Pero es muy importante que aprenda a refrenar sus acciones cuando sea necesario. Si dices; "Oh, es muy pequeña. Quizá cuando tenga 3 ó 4 años entenderá", habrás perdido el momento crítico para enseñar dominio propio. Será mucho más difícil más adelante.

2. Haz que los limites sean muy claros y que tu respuesta, cuando prueban los límites, sea fácil de predecir. Asegúrate de que tu hijo sepa exactamente cuál es la conducta que esperas ("no puedes pegarle a tu hermano"). Siempre −todas las veces− responda con una consecuencia que estimule el dominio propio. Has perdido la batalla si a veces ignoras la conducta y otras veces caes sobre ella. Tu hijo aprenderá rápidamente a ignorar los límites, y no desarrollará dominio propio.

3. **Sé generoso con tu elogio del autocontrol.** Los niños necesitan oír una y otra vez que están agradándote. Esto aumenta el autocontrol y, a su vez, los sentimientos positivos acerca de sí mismos y de su familia.

PAUTAS PARA NIÑOS MAYORES

A medida que los niños crecen, hay otros pasos que pueden darse para estimularlos a desarrollar el dominio propio.

1. **Establece en tu hogar un horario cotidiano, con momentos regulares para comer y dormir, para jugar, para trabajar y para estudiar.** Cuando has establecido momentos consistentes y fáciles de predecir para hacer ciertas cosas durante el día, los niños se sienten más seguros. Saben qué esperar, y entran en la rutina más fácilmente. La atmósfera estimula el dominio propio: la cena, un tiempo breve en familia, hora de estudio. Nada de televisión a la noche cuando al día siguiente hay escuela. Nada de llamadas telefónicas de los amigos hasta que las tareas estén hechas. Sacar la ropa para el día siguiente (en los lugares donde el clima es más o menos fácil de predecir), prepararse para acostarse, momento de mimos y secretos con mamá o papá. Los niños se sienten seguros. Y están aprendiendo dominio propio. Sí, exige esfuerzo. No, no puedes estar ausente todas las noches. Sí, valdrá la pena cuando mires hacia atrás.

2. **Ejemplifica el dominio propio y la moderación con tu propia vida. Ten cuidado con los otros ejemplos que ve tu hijo.** ¿Qué puedes esperar cuando estás leyendo una novela mientras la loza del desayuno está todavía sobre la mesa, los dormitorios están desordenados, y los niños están dando vueltas por allí corriendo y gritando que no pueden encontrar sus tareas escolares? El dominio propio y la moderación comienzan con los adultos de la familia. Esto no quiere decir que nunca hay un momento para la espontaneidad, para dejar todo y hacer algo especial. "¡Las golondrinas acaban de llegar, mamá! ¡Ven a verlas!" Por supuesto, dejarás todo para ir a admirar las golondrinas. Pero si todo es pura espontaneidad, puede ser un desastre; y si todo es puro autocontrol, puede ser rígido. ¿Puedes equilibrar el dominio propio y la moderación con la espontaneidad? Ahí está la clave.

Ten cuidado con los otros modelos que hay en la vida de tu hijo. Los dibujos animados exhiben agresión y violencia sin freno; muchos personajes de los dibujos animados fuman tabaco y beben alcohol. Muchos de los patrocinadores de eventos atléticos son compañías de cigarrillos y de alcohol. Ejerce control sobre la cantidad de tiempo que tu hijo está expuesto a experiencias con modelos negativos. Quizá tengas un modelo negativo en tu hogar, uno de los padres o un hermano mayor. Explícale a tu pequeño que esta persona ha hecho algunas elecciones equivocadas, y que esas elecciones le harán daño. Tu hijo puede hacer buenas elecciones. Puede tener el control de su propia vida.

3. **Ayuda a tus hijos a aprender a manejarse a sí mismos y a manejar su tiempo.** Los niños necesitan aprender habilidades prácticas de administración: planificar su tiempo, acordarse de sus tareas escolares, dividir un trabajo largo en partes manejables para que puedan terminarlo a tiempo, cuidar su ropa, organizar sus pertenencias, hacer las cosas importantes primero en lugar de aplazarlas, proponerse metas y los pasos para alcanzar las metas, hacer las tareas que le corresponden en la casa sin que se lo tengan que recordar, ahorrar dinero para comprar algo especial, practicar un instrumento musical o un deporte todos los días para lograr dominarlo. Estas son habilidades que pueden aprenderse, pero los niños necesitan ayuda para aprenderlas. No se desarrollan naturalmente en la mayoría de los niños. No cuentes con que la escuela se las enseñará. Tú eres el principal maestro de tus hijos.

4. **Usa el razonamiento cuando disciplinas, para que tus hijos entiendan por qué deben comportarse de determinada manera.** Evita la disciplina dura, basada en el poder. Los niños que crecen con una disciplina dura tienden a ser muy débiles en dominio propio. Siempre los han controlado otras personas, por lo que nunca han aprendido a manejarse a sí mismos. Sé cálido y comunicativo, junto con el razonamiento, y estimularás a tus hijos a tener autodisciplina.

5. **Enseña a tus hijos a dar un paso atrás y a pensar antes de actuar: ¿Qué es lo correcto?** Si no lo piensan, harán simplemente lo que quieren hacer, en lugar de hacer lo correcto. ¿Qué es lo mejor para mí y para los demás? ¿Qué quiere Dios que yo haga? Enseña a tus hijos que ellos pueden elegir cómo se comportarán. No

necesitan sentirse abrumados por sus sentimientos o impulsos. Ellos pueden estar en el control. Sentirse en el control de uno mismo es una maravillosa sensación de poder. Explícales que es un poco como sentarse en la audiencia y observarse a uno mismo en el escenario. Cuando estás sentado en la audiencia puedes pensar mejor qué es lo correcto. Cuando estás actuando en el escenario es como si estuvieras repitiendo tu parte del guión, sin pensar.

Explícale que él, el niño, es el director de esta obra. Y él le dice al actor (él mismo) qué hacer para que la obra salga bien. Él está a cargo. El capítulo 9 tiene algunas ideas de cómo tratar con la presión de los pares, que podrían ser útiles para ayudar a enseñar dominio propio.

Enseña a tu hijo la estrategia de "contar hasta diez", para manejar sus sentimientos de ira. Cuenta lentamente hasta diez antes de responder. Pueden practicarlo como familia. Cualquier miembro de la familia puede contar en voz alta cuando está pensando cómo manejar su enojo u otros sentimientos negativos. Tus hijos aprenderán que hasta los adultos deben "contar hasta diez", a veces, para manejar sus sentimientos.

Recuerda, son tan sólo niños y cometerán errores, como nos sucede a los adultos. Un error no es el fin del mundo. Un error es un paso en dirección a cosas mejores.

6. No les des a tus hijos demasiado, demasiado pronto y demasiado fácilmente. Esperar el primer par de medias finas o el primer s*outien* hasta que realmente sean necesarios, esperar a salir con una chica o con un muchacho hasta que sea suficientemente grande como para ser responsable, esperar a conducir un auto hasta que tenga edad para sacar una licencia de conductor y pueda pagar el seguro, esperar a tener ropa de adulto hasta haber crecido, esperar para tener una tarjeta de crédito hasta que pueda pagar las cuentas, esperar a tener sexo hasta que esté preparado para enfrentar las consecuencias; la lista sigue y sigue. Los niños y los adolescentes siempre están suplicando el paso siguiente. Quieren convertirse en adultos antes de estar listos emocionalmente para las experiencias de la adultez. Les harás un *gran* favor insistiendo en que esperen hasta el momento adecuado. Ellos también estarán aprendiendo lecciones valiosas de dominio propio. Necesitan ser niños tanto como sea posible. Cuando los niños

viven la adultez demasiado temprano, muchas veces retroceden a la niñez más adelante. La niñez precede a la adultez por muy buenas razones de desarrollo.

PAUTAS PARA LOS ADOLESCENTES

Agrega a las pautas anteriores algunas específicas para los años de la adolescencia.

1. **Desarrolla junto con tu adolescente pautas específicas para áreas claves.** Éstas podrían incluir el manejo y el uso del automóvil de la familia, las citas con las chicas, la sexualidad, el uso del dinero, las drogas, el alcohol y el tabaco, la apariencia personal o cualquier otra área que tu hijo necesite.

Establece una fecha en la que puedas sentarte con tu hijo a fin de desarrollar las pautas para un área específica. Permite que tu adolescente sea el primero en sugerir las pautas. Escríbelas. Si hay áreas en las que sientas que se necesitan pautas adicionales, plantéalas junto con tus razones. Debes estar dispuesto a negociar. Cuando se hayan puesto de acuerdo sobre las pautas, imprímelas como un contrato formal para ser firmado por el adolescente y el (o los) adulto(s) responsable(s). Este contrato también debería indicar las consecuencias de ignorar las pautas. Dale una copia del contrato a tu adolescente, guárdate una para ti, y fija una copia en un lugar visible en el refrigerador o en el lugar donde ponen las noticias importantes. Si tienes más de un adolescente en tu familia, las mismas pautas pueden servir para todos, o puedes necesitar desarrollar un contrato separado para los menores y los mayores.

Los contratos pueden evitar muchos dolores de cabezas y problemas durante los años de la adolescencia. A los adolescentes les gusta saber muy claramente lo que se espera de ellos. Los contratos claros han ayudado a muchas familias con las que he trabajado, que estaban teniendo dificultades con sus adolescentes. Los padres de un jovencito de 13 años de edad se quejaban de que él no hacía bien las tareas domésticas que se le encargaban. Pero cuando traté de aclarar con ellos qué entendían por "bien", ellos no supieron decirlo. De modo que tuvimos que negociar allí mismo qué era lo que esperaban. Dijeron que él no hacía bien su cama. De modo que les pregunté qué los satisfaría: ¿Debía estar el cubrecama como en la academia militar, o se conformaban con que

tuviera algunas arrugas? Ellos decían que el volumen de la música que escuchaba era demasiado alto. Pero ellos no pudieron explicar qué significaba "demasiado alto", así que el muchacho sugirió que cuando ellos llegaran a la casa él pondría algunos de sus discos compactos favoritos y probaría diferentes niveles de volumen. Cuando los padres aprobaran un determinado volumen, él pondría una marca en el control de volumen en ese punto. Suena un poco exigente, ¿verdad? Pero el sistema funcionó muy bien para esa familia, porque el muchacho ahora sabía exactamente lo que se esperaba de él.

Por otro lado, tu adolescente puede no necesitar un contrato para la mayoría de las áreas indicadas. Puede que haya sólo una o dos áreas conflictivas en las que un contrato podría ser útil. Los contratos preventivos pueden ser muy beneficiosos. Evitan que ocurran problemas.

Nuestra única hija mujer, ya adulta, estaba con nosotros en un taller que estaba dirigiendo sobre las destrezas que debían tener los padres, y escuchaba mientras explicaba el tema de los contratos y cuán útiles eran para con los adolescentes. Usé la ilustración de un contrato para usar el automóvil de la familia. Más tarde, ese día, me dijo: "¡Yo me hubiera sentido ofendida con un contrato para el auto!" Le contesté: "Ésa es exactamente la razón por la que no hice un contrato formal contigo y con tu hermano. Ustedes respetaban al resto de la familia, y funcionábamos bien sin tener que escribirlo en una hoja de papel. Pero no todas las familias se llevan tan bien como nosotros, y algunos adolescentes son más difíciles que otros. Por eso, los contratos pueden ser muy útiles".

Nosotros teníamos dos automóviles: uno para el uso exclusivo de mi esposo, que era pediatra, y el otro para que yo compartiera con nuestros hijos. Pero vivíamos a sólo unas quince cuadras de la escuela y el trabajo, de modo que usando bicicletas y compartiendo los viajes en auto todos estábamos contentos con un solo automóvil. Ninguno monopolizaba el auto, y nos consultábamos acerca de los momentos específicos en que necesitaríamos el vehículo. No hacía falta ningún contrato.

Piensa cuidadosamente acerca de la situación de tu familia. Si tus adolescentes son responsables, no los molestes con contratos. Un acuerdo verbal con ellos puede ser suficiente. Pero si estás teniendo dificultades en comunicarte con tus adolescentes, los contratos pueden ser realmente útiles para resolver esos atolladeros y suavizar algunas de

las asperezas del camino de ellos a lo largo de su adolescencia.

2. **Comunícale a tu adolescente tu deseo de ayudarlo a avanzar hacia la independencia.** Aprovecha el decimotercer cumpleaños de tu hijo para hacer de ello un evento muy especial. Tal vez puedes llevarlo a un restaurante, donde pueden gozar de una larga sobremesa. Explícale que, ya que está ingresando en los años de la adolescencia, quieres hablar acerca del progreso hacia la independencia. Juntos, hagan una lista de destrezas que él necesitará a fin de ser independiente en el momento en que se gradúe de la escuela secundaria.

Para comenzar, puedes incluir las destrezas del manejo del dinero (uso de la libreta de cheques, pago de cuentas, comprar provisiones, el ahorro, los impuestos, etc.) y las destrezas necesarias para las relaciones con las personas (cómo hacer nuevos amigos, cómo elegir buenos amigos, cómo decir "No", cómo tratar con personas que son sofocantes o demasiado agresivas, cómo manejar una salida con una chica (o chico) que exige demasiado o se vuelve abusivo, etc.). Escribe estas cosas en un cuaderno en blanco, dejando espacio para poner notas en cuanto al progreso en cada una de las destrezas. Luego decidan qué destrezas serían apropiadas para el año en curso. Hagan planes acerca de cómo puede progresar en estas destrezas. Fijen una fecha para una "conferencia de evaluación" de estas destrezas cada tres o seis meses. Cuando tenga su próximo cumpleaños, repasen los progresos del año, y fíjense metas para el año siguiente. Gradualmente, tu hijo estará avanzando hacia el control propio y la vida independiente.

Este plan te pone directamente a su lado, ayudándolo a alcanzar la independencia. La mayoría de los adolescentes tienen miedo de que sus padres nunca los dejarán ser independientes. Hacer un plan para la independencia le asegura a tu adolescente que tú no lo mantendrás siendo un "bebé" toda la vida. También le disminuirá los deseos de rebelión. No hay necesidad de rebelarse cuando están trabajando juntos hacia la meta de la independencia.

PAUTAS FOCALIZADAS

He escogido dos áreas para pautas focalizadas: las drogas y las citas con personas del otro sexo. Ambas son áreas clave en las que el dominio propio juega un papel principal.

Drogas

Sabemos ahora mucho más de lo que sabíamos hace unos pocos años acerca de quién tiene probabilidad de abusar de sustancias químicas, y por qué algunos niños y adolescentes se involucran con cigarrillos, bebidas alcohólicas y el uso de drogas. Aunque la investigación no ha dado todas las respuestas todavía, sabemos suficiente como para dar algunas pautas excelentes para la prevención del abuso de sustancias:

1. **Una sólida relación familiar es la mejor protección que pueden tener tus hijos.** Esto incluye mucho amor y afecto, comunicación abierta y expresiones de sentimientos, de respeto por cada uno de los miembros de la familia, y reglas razonables aplicadas con amor y firmeza. Tu compromiso y comunidad religiosos son también factores importantes. Tu iglesia debería tener las mismas características que las de una familia sólida. Juntas, tu familia y la comunidad de tu iglesia pueden proveer una buena medida de protección.
2. **Deja bien aclarada la posición de tu familia en cuanto al uso del alcohol, del tabaco y de las drogas.** ¿Quieres que tus hijos digan: "No, nunca", o "No más" o "No, no hoy"? Muchas veces los padres que no usan ninguna de estas sustancias suponen que su ejemplo será suficiente, y nunca establecen con toda claridad y explícitamente su posición, o no dan ninguna instrucción en cuanto a las drogas. Recuerda, tus hijos probablemente verán otros modelos que puedan influenciarlos e inducirlos al alcohol u otras drogas. Deja bien aclarada la posición de tu familia. Expresa tus expectativas positivas para tus hijos.
3. **Practica lo que predicas acerca del abuso de sustancias.** Los niños de hogares en los que hay bebidas, drogas y cigarrillos tienen mayores posibilidades de participar en ellas también.
4. **Haz todo lo posible para ayudar a tus hijos a desarrollar un respeto propio sólido.** Anímalos individualmente, proporciónales apoyo, especialmente durante los años previos a la adolescencia y los primeros años de la adolescencia. Los varones son más vulnerables al abuso de sustancias. Encuentra un buen modelo masculino tanto para los varones como para las niñas. El capítulo 7 contiene ideas para ayudar a los niños a adquirir respeto propio.
5. **Enséñales destrezas y conductas responsables en la**

solución de problemas sociales. Un número sorprendente de jóvenes dice que beben para "apartarme de mis problemas" o para "tratar con la ira y la frustración". Ellos están en un riesgo especial de iniciar el uso prolongado y el abuso de sustancias. No rescates a tu hijo de todas las dificultades ni le hagas la vida demasiado fácil. No pongas excusas ni lo protejas en exceso. Los niños necesitan afrontar dificultades para que puedan crecer sólidamente. Necesitan ser responsables por sus vidas y controlarlas. Necesitan saber cómo resolver sus problemas. Hay una cantidad de investigaciones que señalan que necesitan vencer problemas sociales desde temprano; de otro modo, llegarán a ser adolescentes con importantes problemas psiquiátricos y de conducta, incluyendo el abuso de sustancias.

6. **Instruyete acerca de las drogas y las adicciones, de modo que puedas proporcionar información correcta a tus hijos.** Dales a tus hijos información importante acerca de cualquier historia de dependencia química en tu familia. El 80% de todos los alcohólicos tiene una herencia de dependencia química entre sus padres o abuelos. Tus hijos necesitan saber que podrían ser especialmente vulnerables, y de qué manera hacerse cargo de su propio futuro. Recuerda hacer tu propaganda temprano, antes de que los niños se vuelvan defensivos.

7. **Enséñales destrezas en cuanto a tomar decisiones y adoptar estrategias para tratar con la presión de sus compañeros.** La presión de sus pares (o compañeros) es una de las razones para que los jóvenes prueben las sustancias químicas. Ayúdalos a aprender cómo hacer amigos y cómo evaluar las amistades. Considera en los capítulos 8 y 9 las ideas para trabajar con las decisiones y las presiones de los pares.

8. **Ayuda a tus hijos a alcanzar el éxito académico.** Desde el mismo comienzo, los niños necesitan estar involucrados en el aprendizaje, y necesitan sentir éxito. Éste es un componente importante del respeto y la estima propios. Si los niños no sienten el éxito en la escuela cuando llegan a los 11 años, lo más probable es que abandonarán sus esfuerzos en favor de otras formas de éxito, generalmente negativas y que involucran el abuso de sustancias. Haz todo lo que haya que hacer para ayudar a tus hijos a aprender.

9. **Proporciona a tus hijos muchas oportunidades para desarrollar destrezas de pensamiento crítico.** Los niños necesitan muchas oportunidades para hablar acerca de valores, problemas morales y la vida diaria. Necesitan pensar y evaluar. Este diálogo necesita comenzarse en el hogar. Puede ser una protección contra el abuso de sustancias.

Citas y encuentros con el sexo opuesto

Prepara a tus hijos para la época de las citas y los encuentros. Este período tiene muchos escollos, como también muchos gozos y placer. La preparación ayuda a evitar los escollos y las trampas.

1. **Comienza temprano a prepararlos para la experiencias de las atas.** Enseña destrezas sociales, y cómo hacer amigos y juzgar a las amistades. Enseña a los varones a respetar a las niñas, y cómo pueden pasarlo bien sin involucrarse con el sexo. Enseña a las niñas a vestirse en forma atractiva sin ser sexualmente provocativas. Enseña tanto a los varones como a las niñas a respetar a los padres de la persona con la que se encuentran. Los varones nunca debieran quedarse sentados en el vehículo y tocar bocina para que aparezca la niña. Los varones con los que vale la pena encontrarse siempre entran en la casa y saludan a la familia. Las niñas con las que vale la pena encontrarse, generalmente tienes padres que quieren saber con quién salen sus hijas.

2. **Decide cuál es una edad apropiada para que tu hijo o tu hija comiencen a salir con otra persona.** Haz esto mucho antes de que las hormonas comiencen a actuar. Tal vez quieras hacer una diferencia entre las edades para salir en grupos, como cuando van a un banquete donde hay adultos presentes, y las salidas privadas (un varón y una niña que van a alguna parte juntos en el automóvil del varón). Analiza esta edad con tu hijo o tu hija, y espera el momento en que él o ella comenzarán a salir. Sé positivo acerca de este "rito de pasaje". "Cuando tengas 16 años [o la edad que hayas determinado] y comiences a salir..." Si estás esperando que tu hijo obtenga una educación superior (colegio superior o universidad), pospon las salidas privadas tanto como sea posible. Dale a tu hijo o a tu hija la oportunidad de desarrollar algunas metas en cuanto a una carrera, y que madure emocionalmente antes de confrontar las inseguridades y las presiones de las citas.

3. **Desarrolla pautas claras para las actividades durante una cita o encuentro personal.** Desarróllalas con tu adolescente. Un hijo o una hija que tiene una lista de actividades posibles para estas citas en su mente puede prevenir verdaderas dificultades.

4. **Comunica reglas ciareis para la conducta en las citas, que prevengan tentaciones abrumadoras relacionadas con actividades sexuales, o el uso de alcohol o drogas.** Insiste en que, por lo menos, un adulto responsable esté presente en todas las fiestas a las que vaya tu hijo o tu hija, y que tu hijo o tu hija *no* vaya a una fiesta donde haya alcohol o drogas disponibles. Deja bien aclarado que tu hijo no debería estar solo con un amigo del sexo opuesto en tu casa, o en la casa de ninguna otra persona. De acuerdo con encuestas nacionales hechas en los Estados Unidos, por lo menos tres cuartas partes del sexo juvenil ocurren en uno de los hogares cuando los padres no están presentes. Tener que compartir el automóvil de la familia, en lugar de tener un vehículo propio durante los años de escuela secundaria, previene muchos problemas.

No pienses que no le puede ocurrir a tu hijo o a tu hija. Puede pasar, y sucede con “chicos muy buenos”. Basta con mirar las estadísticas de los embarazos de adolescentes. Asegúrate de que tus hijos hayan ganado tu confianza antes de que creas todo lo que dicen acerca de donde van y con quién. El sexo es un impulso extremadamente poderoso, especialmente en los varones jóvenes.

5. **Asegúrate de que tu adolescente sepa que siempre puede contar contigo para una operación de rescate.** Cuando tu hija vaya a una cita, asegúrate de que tiene dinero suficiente para llamar por teléfono a casa y llegar hasta ella. Los teléfonos celulares y los *beepers* son muy útiles. Asegúrate de que ella sepa que puede llamar a cualquier hora y que la buscarás, sin hacer preguntas. Ella necesita tener esa seguridad.

6. **Enseña a tu preadolescente cómo manejar a otros niños o adultos que invadan su espacio privado en formas ofensivas.** Tu hijo o tu hija necesita saber cómo manejar a la persona que trata de ser demasiado íntima, o agresiva o abusadora. Desdichadamente, no se puede confiar en todas las personas. Tanto los varones **como** las niñas necesitan saber cómo hacer frente a personas difíciles.

7. **Haz de tu hogar un lugar atractivo para que se reúnan los amigos de tus hijos.** Manten siempre a mano galletitas y bocadillos. Con tu hijo o tu hija, elige juegos y música que sean atrayentes para los chicos y que alcancen tus normas. Sé amigable, pero no excesivamente entrometida. Siempre pensé que si los chicos estaban en mi casa, yo sabía lo que estaban haciendo. Muchos jóvenes hoy realmente no tienen mucho contacto con los adultos que deben formar parte de sus vidas. Ellos naturalmente se sentirán atraídos hacia un hogar donde hay adultos cálidos y amables.

8. **Estimula actividades en grupo para los preadolescentes y los primeros años de la adolescencia.** Las actividades grupales ayudan a los niños a aprender destrezas sociales y los preparan para las citas personales más tarde. Reúnete con otros padres, y hagan planes para diversas actividades. No esperes que otras personas se encarguen de cuidar a tus hijos todo el tiempo. Sé parte de la acción tú mismo. Alguien tiene que iniciarlo. Yo siempre estuve agradecida porque había muchas actividades sociales en grupos entre los niños y los jovencitos con quienes alternaban mis hijos cuando estaban en la escuela secundaria. Había citas individuales, pero la mayoría de sus actividades sociales involucraban a todo el grupo. Tú puedes estimular eso, donde los amigos de tus hijos pueden ayudar a organizar las actividades.

¿DIFICULTADES CON EL DOMINIO PROPIO?

Los berrinches a menudo son la primera dificultad que muchos padres enfrentan en la enseñanza del dominio propio. Todos los niños tratarán de hacer un berrinche o tal vez dejar de respirar por un momento. Es fácil decir que si el berrinche no consigue darle al niño lo que quiere, abandonará el método. Pero generalmente no es tan fácil.

Los berrinches o rabietas comienzan como una reacción casi natural producida por la fatiga, el dolor o la frustración porque algo no sucede en forma inmediata. El nene está haciendo una torre con bloques de madera, y ésta se cae. La abuelita quiere que el niño deje de jugar y duerma la siesta. Al nene le gusta jugar, y no le gusta que lo interrumpan para dormir. La frustración y la ira brotan como un berrinche. Algunos niños tienen umbrales muy bajos y se frustran fácilmente, mientras que otros pueden soportar más chascos antes de estallar. El cansancio crea una

hagas esfuerzos heroicos.

Los niños con genios volátiles tienen una dura batalla por delante. Necesitan toda la ayuda que se les pueda dar para controlar sus emociones. Si no aprenden a controlar sus emociones, llegarán a ser adultos que arrojan platos, rompen ventanas, golpean físicamente a sus cónyuges e hijos, y usarán armas de fuego en la autopista. El control es imperativo. Un niño de 7 u 8 años que todavía se tira al suelo en un ataque de rabia necesita medicina fuerte para convencerlo que haga el esfuerzo de controlarse.

Algunos niños aprenderán a controlarse en situaciones en las que se les exige, tales como la escuela, pero siguen haciendo berrinches en casa porque los padres lo permiten. Ellos creen, equivocadamente, que esta conducta desaparecerá con el crecimiento. Toma la situación del momento. Explícale al niño la seriedad del problema. Explícale lo que harás cuando haga un berrinche. Y dile que hablas muy en serio. Y cumple tu promesa. Él te pondrá a prueba, porque tiene un muy mal hábito que es difícil de quebrar. No seas blando. Mantente firme y ayúdalo a romper el hábito. Eso es lo mejor que puedes hacer para su futuro. Con seguridad, lo que se necesita es el amor firme. Y funcionará.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Elección de alimentos: Muestra a tus niños la pirámide de los alimentos. Si no tienes una figura de ella, pueden hacerse una con figuras recortadas de revistas. Las secciones, de abajo hacia arriba, son: Granos y pastas, Verduras, Frutas, Proteínas, Grasas y Dulces. Diviértanse buscando figuras de las diferentes clases de comida para cada sección. Pide a cada uno que pretenda ser un alimento y que le diga a todos por qué deben comer ese alimento. Busca figuras de alimentos que constituyen malas elecciones. Cuéntales por qué no son saludables.

Simón dice: A los niños les gusta este juego. El líder dice: "Simón dice que... [levanten las manos, por ejemplo]". Si Simón dice que hay que hacerlo, se espera que los jugadores lo hagan. Ocasionalmente, el líder inserta una orden sin la frase "Simón dice", para tratar de hacer caer a los niños. Mantenlo bien ágil, especialmente para los niños mayores. Este juego exige escuchar con atención y con dominio propio.

Estatuas de animales: Éste es un juego muy bueno para aprender

hagas esfuerzos heroicos.

Los niños con genios volátiles tienen una dura batalla por delante. Necesitan toda la ayuda que se les pueda dar para controlar sus emociones. Si no aprenden a controlar sus emociones, llegarán a ser adultos que arrojan platos, rompen ventanas, golpean físicamente a sus cónyuges e hijos, y usarán armas de fuego en la autopista. El control es imperativo. Un niño de 7 u 8 años que todavía se tira al suelo en un ataque de rabia necesita medicina fuerte para convencerlo que haga el esfuerzo de controlarse.

Algunos niños aprenderán a controlarse en situaciones en las que se les exige, tales como la escuela, pero siguen haciendo berrinches en casa porque los padres lo permiten. Ellos creen, equivocadamente, que esta conducta desaparecerá con el crecimiento. Toma la situación del momento. Explícale al niño la seriedad del problema. Explícale lo que harás cuando haga un berrinche. Y dile que hablas muy en serio. Y cumple tu promesa. Él te pondrá a prueba, porque tiene un muy mal hábito que es difícil de quebrar. No seas blando. Mantente firme y ayúdalo a romper el hábito. Eso es lo mejor que puedes hacer para su futuro. Con seguridad, lo que se necesita es el amor firme. Y funcionará.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Elección de cdimentos: Muestra a tus niños la pirámide de los alimentos. Si no tienes una figura de ella, pueden hacerse una con figuras recortadas de revistas. Las secciones, de abajo hacia arriba, son: Granos y pastas, Verduras, Frutas, Proteínas, Grasas y Dulces. Diviértanse buscando figuras de las diferentes clases de comida para cada sección. Pide a cada uno que pretenda ser un alimento y que le diga a todos por qué deben comer ese alimento. Busca figuras de alimentos que constituyen malas elecciones. Cuéntales por qué no son saludables.

Simón dice: A los niños les gusta este juego. El líder dice: “Simón dice que... [levanten las manos, por ejemplo]”. Si Simón dice que hay que hacerlo, se espera que los jugadores lo hagan. Ocasionalmente, el líder inserta una orden sin la frase “Simón dice”, para tratar de hacer caer a los niños. Mantenlo bien ágil, especialmente para los niños mayores. Este juego exige escuchar con atención y con dominio propio.

Estatuas de animales: Éste es un juego muy bueno para aprender

dominio propio, y a la mayoría de los niños les gusta jugarlo. Marca en el piso una línea de salida y otra de llegada. El líder se para en la línea de llegada, con su espalda hacia el grupo que juega. Los jugadores están esperando en la línea de salida. El líder, sin mirar atrás, indica un animal y la forma en que deben caminar (por ejemplo, dos pasos de elefante), y cuenta lentamente hasta diez. Todos los jugadores dan los dos pasos de elefante, imitando la manera de caminar de los elefantes. Cuando el líder termina de contar y se da vuelta, se espera que todos estén quietos como estatuas, con la apariencia de ser el elefante que camina. Si el líder encuentra que alguno se está moviendo, ese jugador tiene que retroceder los pasos que acaba de dar. Luego siguen con otra orden del líder, por ejemplo, tres saltitos de conejo. El primero en alcanzar la línea de llegada será el próximo líder. Éste es un muy buen juego para aprender a controlar el cuerpo.

CITAS SABIAS

"El hombre que pierde su cabeza generalmente es el último en extrañarla".

"El que domina su propio enojo domina a un enemigo muy fuerte".

"Mientras un hombre está enojado no puede estar en lo correcto".

-Proverbio chino

"Es mejor tragarse las palabras airadas que tener que comerlas".

"La mejor respuesta a la ira es el silencio".

-Proverbio alemán

"Quien reina dentro de sí mismo, y gobierna sus pasiones, deseos y temores, es más que un rey".

"Las palabras calientes enfrían las amistades".

SENDEROS DE LA NATURALEZA HACIA EL DOMINIO PROPIO Y LA MODERACIÓN

El jerbo: Jean Mayer, profesor de Nutrición en la Universidad de Harvard, contó este incidente en un seminario al que asistió mi esposo. Su hijo con frecuencia escuchaba a su padre hablar de experimentos científicos y de la investigación que él hacía. Un día, le dijo a su padre que él también quería hacer un experimento. De modo que diseñaron un experimento para ver cuánto alimento comía un jerbo, que era su

mascota. El primer día el muchacho le dio al jerbo 15 semillas de girasol. El jerbo las comió todas. Cada día el muchacho añadía una semilla más a la dieta del jerbo. El segundo día le dio 16 semillas, el tercero, 17 semillas y así sucesivamente. El jerbo comía todas las semillas que le daban, hasta que llegó a 33. Aun cuando el muchacho le daba a su mascota una semilla adicional cada día, el jerbo no comía más que 33 semillas. Cuidadosamente escondía las semillas adicionales. Nunca comía más.

Pero el día que el jerbo recibió 100 semillas, añadió una más a su dieta. Comió 34 semillas cada día después de eso. Mayer concluyó que el jerbo estaba usando suficiente energía para esconder las semillas sobrantes, por lo que necesitaba un poco más de nutrición. El jerbo mostró un maravilloso dominio propio al no comer nunca más de lo que necesitaba. También hizo provisiones para su futuro, al trabajar mucho para esconder las semillas sobrantes.

Tiburones: Los tiburones tienen la reputación de ser atacantes feroces de las personas. Mi esposo tuvo una experiencia mientras buceaba en la Isla de Cocos, en el Océano Pacífico, cerca de Costa Rica, que le enseñó que no siempre los tiburones atacan. Cuando no tienen hambre, no se ocupan de la gente. Los seis buceadores del grupo de mi esposo nadaban pacíficamente entre grandes cardúmenes de tiburones martillo, que no les prestaban la más mínima atención. Había abundancia de peces para que comieran los tiburones, y estaban bien alimentados. No tenían hambre. Los animales parecen mejores que las personas en cuanto al dominio propio y la comida. Sólo comen tanto como necesitan sus cuerpos, nada más. Las personas, muchas veces, comen mucho más de lo que necesitan para mantener sus cuerpos sanos.

Lirios y rosas: Jesús usó los hermosos lirios del campo como un ejemplo del cuidado de Dios. Los lirios y las rosas blancas simbolizan la pureza. Trata de encontrar una rosa o un lirio blanco para que se la ponga tu hija como un recordativo de la pureza que Dios quiere que ella mantenga.

SENDEROS COTIDIANOS HACIA EL DOMINIO PROPIO Y LA MODERACIÓN

Siempre que tu hijo esté involucrado en una situación de la vida real de la cual pueda aprender una lección de dominio propio y mode-

ración, dctén lo que ambos estén haciendo y conversen. Fíjate que la conversación sea apropiada para la edad del niño. Deja que tu hijo sea el que más hable, con algo de conducción tuya. Uno de los siguientes relatos puede ayudarte a comenzar a hablar del tema.

Niñez temprana: Raquel y los caramelos

Raquel había estado tratando de aprender el abecedario. Finalmente, lo repetía de manera perfecta. La maestra estuvo muy contenta, y le dijo: "Raquel, has trabajado mucho para aprender el abecedario. Estoy orgullosa de ti. Tengo un frasquito con caramelos en mi escritorio. Puedes ir a sacar uno para celebrar".

Raquel fue al escritorio y encontró el frasco con caramelos. Cuando la maestra no estaba mirando, tomó todo un puñado de caramelos. Uno de los otros chicos vio lo que había hecho, y fue a decírselo a la maestra. ¿Qué te parece que hará la maestra? ¿Estuvo Raquel usando dominio propio? ¿Qué podría hacer Raquel para que todo estuviera bien con la maestra? ¿De qué modo puede la maestra ayudar a Raquel a tener dominio propio?

Niñez tardía: Una nariz quebrada

Milton, accidentalmente, pisó el pie de Diego mientras salía corriendo al recreo. Diego, enojado, le dio un puñetazo en la cara y le quebró la nariz. La sangre salía de la dolorida nariz de Milton. Su cara pasó de blanco a violeta, mientras lloraba de dolor. La maestra había observado todo el incidente, pero no pudo detener a Diego porque todo ocurrió velozmente. ¿Pisó Milton el pie de Diego a propósito? ¿Por qué crees que Diego le dio un puñetazo a Milton? Diego pensó que Milton le había pisado los dedos del pie intencionalmente. ¿Qué debería haber hecho para asegurarse de la razón del pisotón? ¿Qué se puede hacer o decir en esta situación? ¿Qué puede hacer la maestra para ayudar a Diego a tener dominio propio? ¿De qué modo puede Diego aprender dominio propio?

Adolescencia: Fiesta de pizzas

Verónica invitó a su amigo Esteban a una fiesta de pizzas en la casa de ella. Él llegó unos minutos temprano y comenzó a comer antes

que todos. Antes de mucho, el apetito de Esteban aprobó su inclinación a comer una pizza entera. Al prepararse para atacar otra pizza, Verónica pensó que debía detenerlo, porque algunos de sus otros amigos no habían comido pizza todavía. Ella realmente no podía comprar otra más. ¿Qué debía haber hecho o dicho Verónica? ¿De qué manera debía ella usar este momento delicado para explicar bondadosamente a Esteban la necesidad y la importancia de tener dominio propio, sin avergonzarlo o herir sus sentimientos?

CLAVES PARA EL DOMINIO PROPIO Y LA MODERACIÓN

Para niños pequeños

1. Concéntrate en una o dos lecciones importantes por vez.
2. Define muy claramente los límites y haz que tus respuestas sean fáciles de predecir cuando prueben los límites.
3. Sé generoso con tu alabanza del dominio propio de tu hijo.

Para niños mayores

1. Establece un cronograma diario con momentos regulares para comer, dormir, jugar, trabajar y estudiar.
2. Sé un modelo de dominio propio y moderación en tu propia vida. Sé cuidadoso acerca de otros modelos que ve tu hijo.
3. Ayuda a tus hijos a aprender a administrarse a sí mismos y su tiempo.
4. Usa razonamientos cuando disciplines.
5. Enseña a tus hijos a dar un paso atrás y a pensar antes de actuar.
6. No les des a tus hijos demasiado, demasiado pronto y demasiado fácilmente.

Para adolescentes

1, Con tu adolescente, desarrolla pautas específicas para áreas clave: el dinero, la sexualidad, el uso del automóvil, las salidas con personas del otro sexo, las drogas, el alcohol y el tabaco, la apariencia personal.

2. Comunica tus deseos de ayudar a tu adolescente a avanzar hada la independencia.

Capítulo 14

Honestidad e integridad

Libra mi alma, oh Jehová, del labio mentiroso, y de la lengua fraudulenta **(Sal. 120:2).**

Nuestro diario local presentaba la historia de una niña de séptimo grado que se enojó con su maestro (profesor) suplente porque él insistía en que ella obedeciera las reglas del aula. Para desquitarse, ella lo acusó de abuso sexual y consiguió que varias de sus compañeras de clase corroboraran su historia ficticia. Para cuando los oficiales de la ley y los trabajadores sociales hubieron aclarado el lío y las niñas confesaron que habían mentido, la reputación del docente ya estaba arruinada. Ninguna escuela lo contrataría, aun cuando era inocente.

Recientemente leí un artículo en una revista de educación acerca de un educador de una de las grandes universidades, que veía a muchos estudiantes copiarse descaradamente mientras él estaba supervisando un examen final. Cuando habló con ellos, los estudiantes negaron en forma insolente que habían copiado, aun cuando él los había visto copiarse de unas hojas de apuntes y ellos lo sabían. Una cantidad de alumnos le escribió notas diciendo que si él los denunciaba, lo acusarían de apremios y que se ocuparían de que perdiera su trabajo. Aunque él informó del problema a la administración académica –ciertamente el sendero de la integridad–, nunca se hizo nada acerca de ello. Los estu

diantes nunca fueron disciplinados, y ni siquiera se habló con ellos.

Yo he tenido varias experiencias similares, aun mientras enseñaba en una universidad cristiana: los estudiantes entregaban trabajos que otros habían hecho y pretendían que era propio; copiaban en exámenes importantes; hacían trampas en trabajos de campo o en los registros de la residencia educativa. Y la lista podría continuarse. Eso sucedía en el nivel de estudios de posgrado, pero la copia comienza en la escuela primaria. Pregúntale a cualquier maestro de escuela primaria.

¿Qué ocurrió con la honestidad y la integridad?

Sí, en realidad, la honestidad y la integridad son cualidades muy escasas en estos días de caracteres débiles y de "haz cualquier cosa que te haga progresar". Vemos esa misma falta en los altos niveles gubernamentales, en los evangelistas de televisión aclamados nacionalmente y en nuestras vidas diarias. ¿De qué modo puedes enseñar a tus hijos a ser honestos? ¿A qué se parecen la honestidad y la integridad en la vida real?

CUANDO SOY HONESTO E ÍNTEGRO... I

Digo la verdad, aun cuando sea muy difícil hacerlo.

No hago trampas en mis tareas escolares.

Hago mi propio trabajo, y obtengo las calificaciones que merezco.

Juego lo mejor que puedo en los deportes.

Cumplo las reglas.

No digo chismes acerca de los demás.

Cuando trabajo, no ando perdiendo tiempo ni doy vueltas.

Cumplo mis promesas. Hago lo que digo que haré. La gente puede confiar en mí.

Principio

Verdad

Carácter

Sinceridad

Autenticidad

Decencia

Honra

Siempre haré lo que es honesto y correcto, aun cuando esto pueda herirme o perjudicarme. Quiero que la gente sepa que soy una persona íntegra. Quiero que mi palabra tenga valor.

CÓMO CONSIDERA DIOS LA HONESTIDAD

Dios tiene mucho para decir acerca de la honestidad, los labios y

Guarda tu lengua del mal, y tus labios de hablar engaño. Salmo 34:13.

[...] Aborrecí todo camino de mentira. Salmo 119:128.

El Señor aborrece las balanzas adulteradas. Proverbios 11:1, NVI.

Procurando hacer las cosas honradamente, no sólo delante del Señor, sino también delante de los hombres. 2 Corintios 8:21.

Rogamos a Dios que [...] hagáis lo bueno. 2 Corintios 13:7.

Por lo demás, hermanos, todo lo que es [...] honesto [...] en esto pensad. Filipenses 4:8.

Y en sus bocas no fue hallada mentira. Apocalipsis 14:5.

Integridad y rectitud me guarden. Salmo 25:21.

las acciones mentirosos, y las prácticas comerciales deshonestas. La deshonestidad es abominable para él. El carácter de Dios incluye honestidad e integridad absolutas y transparentes. Podemos confiar en sus promesas. Él nunca miente.

La mentira se originó en el corazón de Lucifer, el ángel caído. Él la usó con mucho éxito en medio de la perfección del Edén: "No morirás si comes del fruto de este árbol". Eva sucumbió a este engaño, y todos vemos los resultados en la miseria y en vidas quebrantadas.

Dios quiere que seamos honestos en cada aspecto de nuestras vidas. Él quiere que seamos personas de integridad pura. Él quiere que brillemos como oro pulido en un mundo deshonesto. Él quiere estar con nosotros cada día, ayudándonos a ser honestos. Él quiere que nuestra honestidad y nuestra integridad fluyan del amor que le tengamos a él.

Personajes bíblicos

Por cuanto la Biblia registra la vida real –y no una versión idealizada de relaciones públicas–, hay biografías de muchos personajes bíblicos que tuvieron dificultades con la honestidad y la integridad. Acán (Jos. 7), Ananías y Safira (Hech. 5:1-11), Pedro durante el juicio de Jesús (Mat. 26:69-75), Rebeca y Jacob (Gén. 27:1-17) y los hermanos de José (Gén. 37), entre otros.

Los escritores bíblicos también registraron escenas de auténtica integridad. Daniel no escondió su devoción a su Dios (Dan. 6:10–12); Sadrac, Mesac y Abednego se mantuvieron fieles a sus creencias (Dan. 3:16–18); José rechazó la tentación de ser deshonesto con su empleador (Gén. 39:6–19); Juan se identificó con Jesús cuando lo juzgaron (Juan 18:15).

Ayuda a tu hijo a comprender que la honestidad y la integridad no siempre llevan a una salida fácil. Algunas veces el camino de la integridad es difícil y lleno de desvíos, pero el resultado final es brillante. A lo largo del camino, una conciencia limpia produce libertad y gozo.

Las vidas de cada uno de estos personajes bíblicos contienen lecciones importantes para tus hijos. Tómate tiempo para llegar a conocer a cada uno de ellos. Hay un equivalente moderno para cada tentación a ser deshonesto. Considera si tus hijos pueden pensar cómo estas tentaciones pueden hacerse sentir en sus propias vidas.

CÓMO AYUDAR A TUS NIÑOS A DESARROLLAR HONESTIDAD E INTEGRIDAD

Los niños aprender cómo vivir mirándonos a nosotros, no importa cuánto les digamos que deben vivir en forma diferente. En ningún momento esta afirmación es más aplicable que en la honestidad y la integridad.

1. **Sé un modelo de honestidad e integridad en tu propia vida.** Tus hijos no serán más honestos que lo que lo eres tú. ¿Qué precio obtendrían tu carácter y tu integridad en el mercado? ¿Se venderían en la mesa de saldos junto con los remanentes de la estación pasada? ¿O serían exhibidos con las mercaderías de la más alta calidad en las tiendas, buscadas por las personas de gustos refinados? ¿Dirán tus conocidos: "Se puede confiar en él, es un hombre íntegro"? ¿O, "Puedes confiar en ella. Ella es honesta como un billete legítimo"?

Los niños captan las lecciones informales de la vida diaria más rápidamente que los intentos deliberados de enseñarles. Cada día ofrece oportunidades para obtener lecciones informales sobre integridad y honradez.

Estás revisando el tique de la caja de un supermercado. El cajero te cobró menos por un ítem, o te dio cambio de más. ¿Qué haces cuando

hay un amor a tu favor? ¿Y si estuviera en favor del negocio? Una lec-cifiiHSpiéndida para tus hijos. Créeme, es una lección en la que obten- dián una calificación de sobresaliente. Ellos sabrán exactamente cómo obrar en una circunstancia similar en lo futuro.

Los libros de la biblioteca o los vídeos deben devolverse hoy. Estás apurada. ¿Los devuelves, o dices: "No importa. Generalmente puedo convencer a la bibliotecaria de que no me cobre la multa"? Sin mencionar las otras personas que pueden estar esperando el vídeo o el libro; sólo la lección implícita es que si eres astuta puedes encontrar la vuelta para no cumplir las reglas.

"Estamos atrasados para la lección de natación. Observemos el detector del radar. ¡Podemos engañar a los policías en cualquier momento!", dicho con una risa y un poco de jactancia. Lección implícita: Está bien ser tramposo y creerse por encima de las reglas. ¡Piensa en cuántas veces tus hijos podrán usar esa lección!

"Parece que se nos han acabado los clips y la cinta engomada. Voy a traer algunos de la oficina mañana. ¿Hay alguna otra cosa que necesitemos?" Samuelito, de 6 años, dice: "Pero ¿eso no es robar?" "Oh, no, querido. ¡Todos lo hacen!" Lecciones implícitas: Está bien robar de alguien que es más rico que tú. De todas maneras, la honestidad en el trabajo no es tan importante. Está bien ser tan deshonesto como el que trabaja conmigo.

¿Qué lecciones informales están aprendiendo tus hijos al observarte vivir un día común? Son alumnos muy capaces, aprenden rápidamente y son rápidos para aplicar lo aprendido. No te asombres si ves las mismas situaciones repetidas en sus vidas. La pregunta real es: ¿Reconocerás tú la lección que tu hijo ha aprendido? ¿O retorcerás las manos y te lamentarás diciendo: "Cómo pudo mi hijo ser tan traicionero, siempre le enseñamos a ser honesto"?

Quizá casi abandonaste este libro, disgustado después del primer par de ejemplos. ¡Qué *irreal*! *¡Nadie vive de esa manera!* Pero algo te hizo seguir leyendo. Ahora está comenzando a hacerse la luz. Hay un mandamiento que dice "No hurtarás" y otro que dice "No levantarás falso testimonio". *Espera un momento; quizás he estado siguiendo al montón.* Todas esas lecciones diarias de deshonestidad se han acumulado. *¿Qué puedo hacer ahora?*

Anímate. Puedes hacer algo ahora. La próxima vez que aparezca una de esas situaciones, puedes ser honesto con tus hijos y decir algo como: "Creo que no siempre he sido muy honesto. Ahora me doy cuenta de que necesito ser honesto. No voy a traer más elementos de escritorio de la oficina. Vamos a comprar lo que necesitemos en la librería. Ya pagué en la oficina las cosas que robé anteriormente [¡qué palabra difícil! ¿no es cierto?], sacando la cuenta lo mejor que podía de cuánto valían [o pienso hacerlo]. Por favor, perdónenme por mostrarles una manera deshonesta de vivir. ¿Me ayudarán a ser más honesto en el futuro?"

Tus hijos se asombrarán, pero no olvidarán la nueva lección tampoco. Puede hacerles remorder la conciencia, de manera que restituyan algunas cosas que ellos también han tomado. Como familia, ahora pueden avanzar, ayudándose unos a otros a vivir de manera más honesta. La Palabra de Dios provee una norma de honestidad a la que la mayoría de nosotros todavía aspiramos. Compártela con tus hijos y avancen juntos.

Cuando hayan hecho esto, pueden avanzar con el resto de las sugerencias. Pero, si estás enseñando la deshonestidad en forma regular por medio de tus acciones cotidianas, todo el resto de las pautas parecerán hipócritas. Es el tipo de cosas como "haz lo que yo digo, y no lo que yo hago". Los niños siempre aprenden por lo que haces, y no te respetarán por enseñar una cosa y hacer otra. El nombre de este juego es integridad. Lo que haces es obvio; hasta los niños pequeños lo entenderán. Enseña lo que vives.

2. Busca modelos reales de honestidad y de deshonestidad para compartir con tus hijos. Enséñales lo que significa la honestidad y la deshonestidad por medio de ejemplos de la vida real. Las historias de personas famosas (puedes encontrar ejemplos de honestidad, aunque los de deshonestidad parecen ser un poco más abrumadores), los recortes de tu periódico local y las situaciones de la vida real que tus hijos o tú han observado pueden servir de modelos de honestidad o deshonestidad. Hablen de lo que ocurrió y de las consecuencias de ello. Haz que los niños piensen en los efectos de actuar de manera honesta o deshonesta. Trata de ayudarlos a captar las consecuencias reales de las conductas honestas o deshonestas. Su comprensión dependerá de su edad.

La honestidad a menudo ahorra tiempo y hace que todos se sientan más cómodos. Por ejemplo, llama un vendedor telefónico. En lugar de escucharlo, si sabes que no tienes interés en lo que vende, di simplemente: “Lo lamento, pero no estoy interesado en lo que vende. Por favor, no vuelva a llamarme”. Cuelgue. Sea amable pero firme. La honestidad ahorra tiempo a todos. La honestidad desarrolla confianza. No le digas a tu hijo: “No te dolerá” antes de ir al odontólogo, cuando sabes que le dolerá. Sé honesto en cuanto al dolor, pero dale seguridad y consuelo.

La honestidad ahorra una cantidad de maniobras. Una mentira generalmente no es suficiente para cubrir nuestras huellas. Una mentira lleva a otra, hasta que se convierte en una cadena de la cual no parece haber salida. Y también está el problema de recordar lo que se dijo. Muy pronto las mentiras se contradicen unas a otras. La mejor memoria es una memoria honesta.

3. Observa y elogia las acciones honestas. Siempre es apropiado reforzar las conductas correctas. Observa las acciones honestas, aun las pequeñas. Elogia. “Noté que fuiste honesto con respecto a quién comió las galletitas. Gracias por tu honestidad”. La mayor parte del tiempo sólo notamos las acciones deshonestas. Parecen más notorias, y tenemos un esquema mental orientado a corregir los errores. A los niños les gusta ser notados. Elogiar las acciones honestas llevará a más de lo mismo, y las acciones deshonestas comenzarán a ser menos frecuentes al ser reemplazadas por la honestidad.

4. Provee consecuencias para las acciones deshonestas, pero dales a tus hijos la oportunidad de un nuevo comienzo. No les recuerdes continuamente las veces que fueron deshonestos. Borra la pizarra, de modo que puedan escribir una historia nueva. Muéstrales una pizarra pequeña, escribe sobre ella la mentira que dijeron, y luego bórrala completamente. Las pizarras blancas no funcionan tan bien para esta ilustración, porque tienden a dejar un poco de color sobre el fondo, que los niños inteligentes seguramente señalarán. El pizarrón común funciona mejor. Puedes incluso lavarlo completamente para ilustrar el perdón, si el borrador no es tan efectivo.

Los niños necesitan aprender lo serio que es mentir o cometer otras acciones deshonestas. Tu mensaje necesita ser muy claro y firme:

Mentir es totalmente inaceptable. Robar nunca es aceptable. Ayuda a tu hija a devolver el objeto robado al comercio. No confieses por ella, pero acompáñala para darle apoyo y valor. Copiar a otro niño en una prueba o en un proyecto escolar constituye tanto un robo como una mentira.

Cuando un niño miente deliberadamente y se niega a reconocer que lo hizo, necesitarás que tu mensaje sea claro por medio de una consecuencia que no olvide fácilmente. Cuando tu hijo admite que ha dicho una mentira o que ha sido deshonesto de alguna manera, trata la situación en forma diferente. Elogia la confesión. "Admitir que mentiste exigió valor". Luego trata con las consecuencias de la mentira. Probablemente alguien fue lastimado o algo se rompió y se necesita hacer restitución. La confesión no elimina la restitución. Haz que tu mensaje con respecto a la honestidad sea claro.

Si tu hijo miente frecuentemente y confiesa fácilmente, está aprendiendo un mal hábito. Está mintiendo por conveniencia y luego depende de tu "gracia" para salirse con la suya. Necesita algunas consecuencias que hagan claro el mensaje. Piensa cuidadosamente en el patrón de conducta que está desarrollando y actúa en consecuencia.

5. Ayuda a tus hijos a aprender cómo manejar situaciones difíciles. A veces una niña –o un adolescente o un adulto– es deshonesta porque no puede darse cuenta de cómo resolver la situación en la que está metida. Necesita aprender habilidades de resolución de problemas, para que la situación sea más fácil de resolver la próxima vez. No estará entonces tan tentada a mentir para salir de esa situación.

–Lucinda –llamó la mamá–. ¿Quién hizo este lío terrible en mi dormitorio?

–No sé –mintió Lucinda–. Debe haber sido el gato.

Los frascos de perfume y las lociones de mamá estaban desparramados por todo el mueble, con algunos en el piso. La crema para manos, derramada, goteaba por el borde de la cómoda. Era un gran lío.

–No recuerdo haber visto al gato en mi dormitorio esta mañana. Entré aquí hace un ratito y no había nada desparramado –respondió la mamá.

–Vi al gato corriendo por el pasillo hacia tu dormitorio –mintió Lucinda.

–Bueno, vayamos a buscar al gato –sugirió la mamá.

Lucinda palideció, pero fue con la mamá a buscar al gato, que estaba durmiendo pacíficamente al sol, en el patio, del otro lado de la casa.

Muchas lágrimas más tarde, Lucinda finalmente admitió que ella había hecho ese lío. Cuando la mamá le preguntó a Lucinda cómo se habían derramado los frascos, ella explicó:

–Estaba tratando de alcanzar la crema para ponerme en las manos, como haces tú... y no podía alcanzar el frasco... y todos los frascos se cayeron. Entonces me asusté y me escapé. Tenía miedo de decírtelo.

–Lucinda, hiciste dos cosas que estuvieron mal. Tomaste algo que no era tuyo y mentiste acerca de ello –afirmó la mamá claramente–. Lucinda, cuando quieres algo que no te pertenece, ¿cómo puedes resolver el problema?

Lucinda y la mamá hablaron acerca de pedir permiso. Luego la mamá dijo:

–Tuviste otro problema. Cuando quieres algo que está muy alto para ti, ¿qué puedes hacer?

–Podría buscar una silla y subirme a ella –sugirió Lucinda con vacilación.

–¿Alguna otra cosa que podrías hacer? –continuó la mamá.

–Bueno, supongo que podría pedirte que me lo alcances –admitió Lucinda–. Eso solucionaría los dos problemas, ¿verdad?

Lleva tiempo enseñar habilidades de resolución de problemas, pero es tiempo bien utilizado.

6. Enseña a tus hijos que la honestidad nunca es grosera. Algunas personas utilizan la honestidad como excusa para ser groseros y descorteses. Excusan sus acciones, diciendo: “Por lo menos, soy honesto”. La honestidad siempre es bondadosa y amante. Nunca debería confundirse con comentarios groseros y entremetidos. Una vez leí que si uno ama a alguien lo suficiente, puede decirle todo lo que sea necesario decir. Si no, te mereces lo que recibes. Enseña a tus hijos a decir la verdad, cuando sea necesario, de la manera más bondadosa posible.

Ser honesto es un hábito. Todos los hábitos exigen tiempo y perseverancia para desarrollarlos. Ayuda a tus hijos a aprender a vivir vidas honestas y transparentes. No te des por vencido demasiado pronto. Los niños son aprendices en la escuela de la honestidad.

¿PROBLEMAS CON LA HONESTIDAD Y LA INTEGRIDAD?

Ningún niño es honesto todo el tiempo. Los niños deben aprender a ser honestos, y eventualmente desarrollan la integridad, un proceso que lleva muchos años de cuidadoso entrenamiento. Primero, los niños deben aprender la diferencia entre la verdad y las mentiras. Entre los 3 y los 4 años de edad es el mejor momento para comenzar a enseñar la diferencia entre la verdad y la mentira. Para cuando tienen 4 años, la mayoría de los niños entienden la mentira y también han hecho algunos intentos deliberados de engañar. Pueden diferenciar la fantasía de la realidad. Mientras están aprendiendo esta diferencia, necesitan adultos que les digan: “¿De verdad? Yo no vi una tortuga violeta en el jardín. Ése es un cuento divertido que inventaste, pero no pasó de verdad. A veces es divertido inventar cuentos”. Los niños necesitan aprender que esconder la verdad es tan deshonesto como decir una mentira. Es una mentira actuada.

Los niños engañan por muchas razones. De acuerdo con Paul Ek- man, autor de Why *Kids Lie* [Por qué mienten los niños], la razón más común es evitar el castigo o el enojo de los adultos. A veces quieren obtener algo, preservar su privacidad, proteger a sus amigos o a sí mismos de daños, ganar la admiración de los otros, evitar la vergüenza, o probar o desafiar la autoridad. Pueden ser naturalmente perezosos y no quieren asumir la responsabilidad de sus acciones. Algunas de estas razones son más características de la niñez temprana, mientras que otras ocurren más a menudo durante los años previos a la adolescencia o en la adolescencia temprana. Los períodos más críticos se encuentran entre los 3 y los 4 años, y durante la adolescencia temprana, cuando la presión de los pares es más fuerte. Los niños que más mienten tienden a tener padres que mienten mucho también. Tienen menos supervisión paterna y son más rechazados por sus padres.

Aunque todos los niños son deshonestos en alguna ocasión, algunos niños desarrollan un patrón de engaño continuo. Estos niños generalmente tienen también otros problemas de conducta. De acuerdo con William Lee Cárter, en su libro *KidThink,* los niños que engañan generalmente son muy inseguros. Cubren su inseguridad manipulando a la gente y las circunstancias. No quieren aceptar la responsabilidad por sus acciones. También pueden tener un orgullo nada saludable. Son

muy sensibles con respecto a su persona y a cualquier cosa que los pueda avergonzar. Se enojan cuando alguien quiere ayudarlos con sus defectos, y sostienen que no tienen ninguno. Hacen gala de su arrogancia y de su orgullo.

Una de las características más provocativas de los niños que engañan es su habilidad para ser imprecisos y poco claros. La comunicación es una zona de desastres. No te dicen cómo se sienten realmente. Tienes la sensación de que lo que dicen no se corresponde con sus sentimientos, pero no puedes llegar al fondo de esto. No te dirán lo que ocurrió realmente, o por qué mintieron o engañaron. Tus intentos de jugar al detective terminan en frustración, con el niño todavía en el control de la situación. ¿Qué puedes hacer?

Necesitas trabajar en dos frentes al mismo tiempo: tratar el tema de la conducta y también trabajar sobre las razones subyacentes. En primer lugar, **considera tus prioridades para este niño.** ¿Son tus expectativas demasiado altas, más de lo que es capaz de hacer? Quizás ella no sea una alumna que obtenga las mejores calificaciones o él no sea una estrella del atletismo. La presión de ser lo que no puede ser hace que el niño esconda lo que está sucediendo en su vida. También lo hace sentir inseguro. Cambia tus prioridades, para hacerlas corresponder más con los dones y las habilidades naturales de tu hijo. Comunica esto en forma clara. Elogia al niño acerca de sus puntos fuertes. Comunica tu amor y tu preocupación de maneras que el niño entienda. Trabaja desarrollando una autoimagen más fuerte en él. (Ve al capítulo 7 en busca de ideas.) Gradualmente se volverá más seguro, y la necesidad de engañar disminuirá. Sin embargo, probablemente no desaparezca fácilmente, ya que el engaño se ha convertido en un hábito malo. Cambiar los hábitos exige esfuerzo. El engaño ha provisto algunas recompensas que serán difíciles de abandonar.

Sé un padre que provea un liderazgo evidente. No necesitas entender todas las razones de la conducta de tu hijo. Actúa de acuerdo con las evidencias que tienes. Actúa de manera clara. Declara tus propias emociones de manera honesta, pero evita el enojo, el sarcasmo o cualquier otra reacción negativa. Recuerda, *cuando estás fuera de control, tu* hijo *está en el control.* Provee límites claros para el comportamiento. Las consecuencias debieran estar de acuerdo con la falta: ni demasiado

estrictas ni demasiado indulgentes. El castigo demasiado severo estimula el engaño. La indulgencia permite que los niños desarrollen la irresponsabilidad y que entren en un patrón de engaño. Sostén en alto la dignidad de tu hijo, pero no le permitas que continúe con su irresponsabilidad y que no enfrente los resultados de sus acciones. No permitas que te manipule para que te des por vencido al exasperarte o para evitar enfrentar el problema. Eso es exactamente lo que el niño quiere.

Pide la colaboración de otras personas. Necesitas todo el auxilio que puedas conseguir para ayudar a tu hijo a cambiar. Comunícate frecuentemente con sus docentes y entrenadores. Consigue la ayuda de otros miembros de la familia. Cuanto menos oportunidades tenga el niño de manipular y engañar, antes cambiará.

Estimula siempre los comienzos nuevos. Muestra a tu hijo el perdón de Dios. Oren juntos sobre el problema. Enfatiza que Dios siempre está dispuesto a perdonar y ayudar a desembarazarse de un mal hábito. El amor de Dios rodea y apoya siempre a tu hijo.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Verdadero o falso: Este juego puede adaptarse a todas las edades de los hijos. Cuando se juega con niños muy pequeños, el objetivo es enseñarles qué quiere decir verdadero o falso. Cuando se juega con niños mayores y con adolescentes, el objetivo es llevarlos a ser más selectivos con respecto a lo que creen o aceptan como verdad.

Con niños pequeños, comienza haciendo algunas declaraciones fáciles de identificar, tales como: "En nuestra familia hay cuatro personas". Luego pregunta: ¿Hay realmente cuatro personas? ¿Es verdad o mentira lo que dije?

Continúa con alguna otra cosa que puedas inventar. El humor ayuda a que este juego sea divertido. Haz algunas declaraciones bien locas, así como también algunas declaraciones sencillas que sean verdaderas. Puedes invertir el juego, diciendo verdadero o falso y pidiendo a los niños que hagan afirmaciones acordes con eso.

Con niños mayores, que ya saben lo que significa verdadero o falso, comienza haciendo declaraciones más bien sencillas, a veces divertidas, para comenzar el juego. Luego sigue con declaraciones que exijan pensar más para decidir si son verdaderas o falsas. Si tienes

adolescentes, trabaja con declaraciones que exijan que ellos tengan que buscar las respuestas. Los niños pueden turnarse para hacer las afirmaciones y tratar de engañar a los demás. Este juego puede ser tan simple o tan complicado como quiera la familia.

Fuentes: El propósito de este juego es ayudar a los niños a aprender a evaluar las fuentes de información que escuchan o leen, para ayudarlos a discriminar en qué creer. Reúne tantos medios de comunicación como puedas encontrar: un diario, un e-mail, una información extraída de Internet, una enciclopedia, una Biblia, una revista popular, una revista profesional, una carta personal, los apuntes que uno de los niños tomó en clase, una novela histórica, una novela romántica, una biografía oficial, una biografía no oficial, una película en vídeo, un vídeo documental de *National Geographic,* etc. Pide a cada integrante de la familia que elija un elemento y diga a los demás cuán bueno es ese elemento como fuente de información. Hablen de cada elemento. ¿Qué te hace pensar que es una fuente de información buena o mala? ¿Por qué? ¿Cómo puedes estar seguro? Ordénenlos luego sobre el piso, en orden de confiabilidad de la información. ¿A quién puedes creerle realmente? ¿A papá y a mamá? ¿A los abuelos? ¿A tus primos? ¿A tu mejor amigo? Esta actividad puede continuar durante varias noches de familia.

La ley: Trabajen juntos como familia para descubrir qué dice la ley acerca de las personas que le mienten a un policía o a la corte judicial. ¿Cuáles son las consecuencias de robar si la persona es condenada? Investiguen otras prácticas deshonestas según aparezcan en las noticias (¡hay abundantes ejemplos en la actualidad!). Si es posible, visiten un juzgado. En algunos juzgados se permite la asistencia de público a los juicios. O hablen acerca de una visita a un juzgado que hicieron los chicos con su curso de la escuela. ¿Pensaron ellos que los abogados decían la verdad? ¿Qué los hizo pensar eso? ¿A quién pueden creer realmente?

CITAS SABIAS

"Un rostro honesto es el mejor pasaporte".

-Proverbio inglés

"Aunque me esté muriendo de sed, no bebo del agua de una fuente robada".

-Proverbio japonés

"El dinero mal habido no permanece con uno".
–*Proverbio japonés* "La mentira te permite vivir una noche; la verdad te permite vivir para siempre".
–*Proverbio tunecino* "Un buen mentiroso necesita una buena memoria".
–*Proverbio árabe* "Al mentiroso no se le cree cuando dice la verdad".
–*Proverbio alemán* "Una buena conciencia es una almohada blanda".
–*Proverbio alemán* "La verdad y el aceite siempre aparecen en la superficie".
–*Proverbio español* "La honestidad es la mejor política".
–*Proverbio norteamericano* "No creas nada de lo que escuchas y sólo la mitad de lo que ves".
–*Proverbio norteamericano*

SENDEROS DE LA NATURALEZA HACIA LA HONESTIDAD

La levadura: La levadura nos proporciona una buena lección de la naturaleza en relación con la honestidad y la integridad. Cuando ponemos levadura en la masa del pan, ésta penetra todo. Es imposible extraer la levadura. Una vez que comienza la acción de la levadura, la masa crece y crece. No hay manera de detener la acción de la levadura y salvar el pan. Uno puede enfriar o congelar la masa para detener la acción de la levadura, pero tan pronto como vuelves a calentar la masa, la levadura vuelve a trabajar.

La levadura es como la mentira, impregna todo. Una vez que dices una mentira, a menudo tienes que decir otras para cubrir tus huellas. Las mentiras se hacen cada vez más grandes, así como sucede con la levadura en el pan.

La levadura también se parece a la integridad; impregna todo k> que haces. Todos los que te conocen respetan tu integridad. Eres uia persona de palabra y harás lo correcto, aun si no es conveniente. La gente confía en ti porque la integridad impregna todo lo que haces. Las medusas: Cuando vivíamos en el Caribe, nuestra recreación

preferida era ir a la playa. El agua cálida y el color azul brillante nos atraían a nosotros y a muchas otras personas. Durante algunos meses del año teníamos que ser cuidadosos, porque las medusas eran más comunes. No queríamos chocarnos con ninguna, porque pican, produciendo un dolor agudo.

Las medusas parecen un montón de algo transparente, con la forma de un paraguas abierto visto desde arriba y con unos tentáculos colgando hacia abajo. Flotan en el agua, generalmente llevadas por las olas, esperando que su comida nade hasta ellas, de modo que les puedan inyectar su veneno. Ellas no persiguen a su alimento, sino que simplemente esperan que algo nade cerca de ellas. A veces se meten en problemas y se chocan con algún objeto, porque no pueden nadar muy bien; tan sólo flotan sobre las olas.

Las medusas me recuerdan a los niños y a las niñas que flotan junto con lo que todos los demás están haciendo. Si es conveniente, mienten; si es conveniente, dicen la verdad. Van flotando, haciendo lo que les parece conveniente. Después de un tiempo, los demás chicos los evitan, así como la gente evita a las medusas. No quieren que los lastimen con sus mentiras. Prefieren estar con chicos en los que se puede confiar que apoyarán a sus amigos, no sólo que hagan lo que les conviene.

SENDEROS COTIDIANOS HACIA LA HONESTIDAD Y LA INTEGRIDAD

Aprovecha todo momento en que las situaciones de la vida real estimulen la honestidad y la integridad.

Niñez temprana: El juguete del hipermercado

A Rubén le gusta ir al hipermercado con su mamá. Cada vez que va, quiere ir a la sección de los juguetes. Hoy no fue la excepción.

Cuando llegaron a la casa, Rubén inmediatamente le preguntó a su mamá si podía ir a jugar afuera. La mamá le dijo que primero comiera, pero Rubén insistió en que quería salir a jugar en ese momento. La mamá comenzó a sospechar que había alguna razón para su insistencia. Notó que Rubén parecía tener algo dentro de su chaqueta.

Cuando la mamá le preguntó a Rubén qué tenía dentro de su cha

queta, él vaciló, pero finalmente le dijo que era un juguete del hipermercado. La mamá sabía que ella no le había comprado un juguete a Rubén en el hipermercado. Rubén lo había robado del negocio. ¿Qué te parece que debía hacer Rubén? ¿Qué debería hacer la mamá?

Niñez tardía: La prueba de matemáticas

—Bueno, alumnos, estudien mucho para la prueba de matemáticas de mañana —aconsejó la Sra. Blanco—, y estoy segura de que les irá bien.

Estas palabras daban vueltas y vueltas en la cabeza de Samanta. Ella sabía que era culpa suya no saber las respuestas a las preguntas de la prueba. Había estado mirando su programa preferido de televisión y luego había jugado en la computadora en lugar de estudiar matemáticas la noche anterior. Hasta le había mentido a su papá cuando le preguntó si tenía tareas.

Todos los demás estaban ocupados escribiendo; hasta su mejor amiga, Elena, que se sentaba del otro lado del pasillo. ¿Qué iba a hacer? Si fracasaba en esta prueba, obtendría una mala nota, y sus padres se molestarían y seguramente no la dejarían salir por un tiempo. Las opciones le daban vueltas en la cabeza: podía engañar, podía pedirle a la maestra (profesora) que le tomara la prueba otro día, podía entregarla en blanco o podía tratar de adivinar las respuestas.

Copiarse sería fácil, y podría obtener una buena nota. Era fácil ver las respuestas de Elena. Al día siguiente, Samanta recibió su prueba de vuelta con la nota máxima en su hoja. Pero bien adentro se sentía avergonzada por lo que había hecho. Sus padres siempre le habían enseñado a ser honesta. ¿Qué final le darías a esta historia?

Adolescencia: Nicolás y Facundo

El director del colegio, el Sr. Cortés, tenía la tradición de invitar a su casa a cenar a los campeones deportivos del colegio. Nicolás y Facundo fueron invitados, porque eran las nuevas estrellas de fútbol americano. Durante la velada, ambos muchachos se encontraron en la habitación de trofeos del Sr. Cortés. Disfrutaron mirando los distintos trofeos, medallas y otros recuerdos. El oro, la plata, el bronce y otros metales preciosos atraían realmente a Nico y a Facu. Estaban solos en la

habitación. ¿Qué daño haría que tomaran dos pequeñas monedas de oro, realmente piezas hermosas, brillantes y pequeñas? Nadie las echaría de menos entre el montón de cosas.

Poco después, le agradecieron al Sr. Cortés por la invitación y por la velada maravillosa. Luego se fueron, cada uno con una moneda de oro en el bolsillo. Pasaron varios días. El Sr. Cortés no echó de menos las monedas; por lo menos, no les preguntó a ninguno de los dos muchachos nada acerca de ellas. Luego de unos pocos días, sin embargo, la moneda de oro parecía estar quemándole la conciencia a Nicolás. Sus padres le habían enseñado a ser honesto y a no robar nunca. Se encogía cuando decía la palabra "robar", le sonaba a criminal, pero eso es lo que había hecho. Le había robado una moneda al Sr. Cortés. Se sentía nervioso, tenso e inquieto.

¿Cómo terminarías la historia? ¿Qué harías tú si fueras Nicolás? ¿Debería decirle algo a Facundo?



CLAVES PARA ENSEÑAR HONESTIDAD E INTEGRIDAD

1. Sé ejemplo de honestidad e integridad con tu propia vida.
2. Comparte con tus hijos ejemplos de honestidad e integridad de la vida real.
3. Nota y elogia las acciones honestas.
4. Provee consecuencias para las acciones deshonestas, pero dales a tus hijos la oportunidad de comenzar de nuevo.
5. Ayuda a tus hijos a aprender a resolver las situaciones difíciles que prueban su honestidad y su integridad.
6. Enséñales a tus hijos que la honestidad nunca es ofensiva.
7. No te des por vencido demasiado pronto. Desarrollar el hábito de la honestidad y la integridad requiere tiempo.

Capítulo 15

Bondad y compasión

[...] Sean bondadosos y compasivos unos con otros, y perdónense mutuamente, así como Dios los perdonó a ustedes en Cristo (Efe. 4:32, NVI).

Vivimos en un mundo que se ha pervertido con la violencia y los intereses propios. La contraseña es "Primero yo" y el grito de guerra es "¡Gánales!", y el resultado final es la violencia diseminada en nuestras pantallas de televisión y en nuestras vidas. A pesar del hecho de que el camino de Dios es totalmente opuesto, nuestros hijos absorben esos valores del mundo que los rodea. Su camino –compartir, ayudar, consolar, perdonar y servir a otros– es el núcleo central de la vida cristiana.

El estudio Valuegenesis, realizado en 15.000 jóvenes cristianos de entre 12 y 18 años de edad, llevado a cabo por el Instituto Search, encontró que los adolescentes que valoraban altamente el servicio también mostraban un alto nivel de madurez en su fe y compromiso con su iglesia. Estos mismos adolescentes también provenían de familias que trabajaban juntas en proyectos de servicio. Esto no debería asombrarnos. Después de todo, la Biblia dice: "[...] Servios por amor los unos a los otros [...] Amarás a tu prójimo como a ti mismo" (Gál. 5:13, 14).

Antes de que los niños y los adolescentes puedan responder con amor e interés al dolor de otra persona, deben poder empatizar, ponerse en el lugar de esa persona, y mirar la vida a través de sus ojos y

sentimientos. Compartir, ayudar, consolar y cooperar, todo forma parte de la respuesta a los sentimientos de empatia y amor. Los niños desarrollan esta habilidad gradualmente.

Muchas personas piensan que los niños pequeños son totalmente egocéntricos, pero no es así. Los niños de 1 año comienzan a mostrar que se preocupan por los demás y tratan de hacer cosas lindas por otros. Julieta, de 16 meses de edad, fue a buscar su propia mantita para tapar a su mamá, que estaba descansando en el sofá. Si sus impulsos generosos y amorosos son alentados por los adultos significativos de su vida, sus sentimientos y sus expresiones de compasión aumentarán.

Los niños que provienen de familias y sociedades en las que cada miembro de la familia debe ayudar para poder sobrevivir, desarrollarán, más probablemente, una actitud altruista y cooperativa más temprano en la vida. La competencia de las sociedades occidentales desalienta la bondad y la cooperación. En algunos estudios se observaron a algunos niños que trataban de bajar el puntaje de sus competidores en un juego, aunque esto no les proporcionaba a ellos ninguna ventaja. La competencia desalienta la actitud de interés y preocupación por el otro. Las actitudes de competitividad se desarrollan muy temprano en la vida. Debes estar atento para ver qué es lo que está desarrollando tu hijo, si competencia o compasión. A veces las dos son incompatibles.

Los adolescentes tienen la habilidad de pensar en cómo se sienten los otros y en expresar su compasión. Sin embargo, en la mayoría de los estudios, la bondad y la compasión parecen disminuir durante la adolescencia. ¿Por qué? La religión parece ser el eslabón faltante. Los adolescentes que tienen una vida religiosa activa son más compasivos y bondadosos que sus pares. Están más dispuestos a participar en actividades de servicio para ayudar a alguien afligido.

¿Cómo puedes estimular en tus hijos una actitud amorosa de servicio y preocupación por los demás? ¿Cómo se manifiesta la bondad y la compasión en la vida real?

CUANDO SOY BONDADOSO Y COMPASIVO...

Ayudo cuando veo una necesidad.

Soy comprensivo cuando algo malo le ocurre a un amigo o a alguien de mi familia, o incluso a alguien a quien no conozco. Trato de

consolar a la persona y ayudarla.
Soy bondadoso con los animales. Nunca soy cruel con ellos.
Soy amigable con las personas con las que me encuentro. Sonrío y las saludo alegremente.
Soy bondadoso y amigable con los niños de quienes se burlan otras personas, o que tienen discapacidades.
Trato de ayudar a las personas hambrientas o enfermas, o que viven en lugares donde hay guerra. A veces ayudo en un comedor comunitario o llevo alimentos a una familia necesitada. Regalo la ropa que me queda chica a niños que no tienen suficiente ropa.

Suave
Considerado
Comprensivo
Ayudador
Amigable
Bondadoso

Muestro mi amor por las personas y los animales siendo bondadoso y compasivo con ellos.

Cuando alguien me trata mal, le pido a Dios que me ayude a perdonar.

CÓMO VE DIOS LA BONDAD Y LA COMPASIÓN

La compasión comienza con Dios. Su compasión por los seres humanos trajo la salvación a este mundo. Él entregó a su Hijo, Jesús, para que viniera a ser nuestro Salvador del pecado. Dios podría haber simplemente borrado a todo este mundo pecaminoso y haberse olvidado de nosotros. Pero él nos amaba demasiado. Su corazón está lleno de compasión y amor por nosotros.

Cuando Jesús vivió aquí fue por todas partes ayudando a las personas. Les dio comida y sanó sus enfermedades. Jesús estaba lleno de compasión. Él quiere que yo también sea bueno con los demás. Él desea que yo ame a la gente, porque el "amor es benigno". Cuando no tengo ganas de ser bueno con alguien que me lastimó, Jesús llenará mi corazón con sus pensamientos bondadosos y perdonadores, si se lo pido. Él quiere que ayude a los hambrientos y a los débiles.

Personajes bíblicos

La Biblia contiene muchas historias de personas que fueron bondadosas y compasivas. Dorcas hacía ropa para los pobres (Hech. 9:36).

Así pues, hagan ustedes con los demás como quieran que los demás hagan con ustedes; porque esto es lo que mandan la ley de Moisés y los escritos de los profetas. Mateo 7:12, DHH.

Finalmente, sed todos de un mismo sentir, compasivos, amándoos fraternalmente, misericordiosos, amigables; no devolviendo mal por mal, ni maldición por maldición, sino por el contrario, bendiciendo, sabiendo que fuisteis llamados para que heredaseis bendición. 1 Pedro 3:8, 9.

El amor es [...] benigno.
1 Corintios 13:4.

[...] Hagamos bien a todos. Gálatas 6:10.

Si el que te aborrece tuviere hambre, dale de comer pan [...] Porque ascuas amontonarás sobre su cabeza.
Proverbios 25:21, 22.

Echa tu pan sobre las aguas; porque después de muchos días lo hallarás.
Edesiastés 11:1.

David ayudó a Mefiboset, el nieto de Saúl, su enemigo (2 Sam. 9). Jesús sanó a muchas, muchas personas (Juan 4:43-54; Mat. 8:14-17; Mar. 2:1-12). Las alimentó cuando estaban hambrientas (Mat. 14:13-21; Luc. 9:10-17). Jesús contó la historia del buen samaritano, un hombre que ayudó a otro hombre que había sido herido por unos ladrones (Luc. 10:25-37). También tenemos a Rahab (Jos. 2; 6:22-25), la mujer sunamita (2 Rey. 4:8-10), y a José (Gén. 42-47), y muchos, muchos más.

Lee con tus hijos sobre estas personas. Centra la noche familiar en uno de estos personajes bíblicos que vivió de manera especial la bondad y la compasión. Los niños más pequeños pueden representar o dramatizar la historia. Los niños mayores y los adolescentes podrían buscar en un comentario bíblico, en una enciclopedia u otro libro de referencia detalles interesantes de la historia. Todos podrían participar en la creación de un mural en relación con esa persona. Cuando tu familia se concentra profundamente en un personaje bíblico, éste puede cobrar vida, y llegar a ser un amigo y un ejemplo para toda tu familia. Si durante un mes tus noches en familia se centran en personajes bíblicos que fueron especialmente bondadosos y compasivos, toda esta idea

comenzará a infiltrarse en el pensamiento y las acciones de tus hijos.

CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A DESARROLLAR BONDAD Y COMPASIÓN

La familia juega el papel más importante en ayudar a los niños a desarrollar bondad y compasión. Los años de la niñez temprana son el momento crítico para que la familia lo haga.

PAUTAS GENERALES

1. **Comunica una profunda desaprobación cuando se lastima a las personas o a los animales.** No te diviertas con la conducta agresiva o lastimadora de tu hijo. Establece límites claros en cuanto a lastimar a otros. Esto le comunica a tu hijo que las otras personas tienen sentimientos que deben respetarse. El niño al que se le permite lastimar a las personas o a los animales está perdiéndose el primer paso en el aprendizaje de la empatia.

2. **Ayuda a los niños a entender cómo se sienten las otras personas.** Combina cómo se siente el otro niño con la explicación de qué piensas tú de la conducta de tu hijo. "Hiciste llorar a Juan; no es lindo morder". "La bebé está contenta porque jugaste con ella". A medida que los niños crecen, trata de hacerlos pensar en los efectos que tienen sus acciones sobre los demás. Pregúntale al niño cómo piensa que la otra persona se siente. Algunos niños empatizan fácilmente con los demás. Nacieron con una mayor habilidad de empatizar.

En cierta ocasión, cuando enseñaba a un grupo pequeño de niños de entre 18 y 22 meses de edad, me di cuenta de cómo los niños desde tan pequeños pueden entender cómo se sienten otras personas. Les estaba diciendo cuán importante es venir rápidamente cuando mamá o papá dicen–. "Es hora de ponerte los zapatos". Ibamos a practicar venir rápidamente cuando yo dijera el nombre de cada niño. Sin embargo, tenía sólo un par de zapatos de niño para distribuir entre los niños que estaban en el grupo. Le di un zapato a Josué y otro a Melisa, y le dije a Denis, el mayor de los tres, que él tendría su turno después.

Sin embargo, tan pronto como Josué, el más pequeño, recibió su zapato, miró a los otros niños. Vio que Denis no tenía ningún zapato, y fue inmediatamente hacia donde estaba Denis y le dio su propio zapato,

y luego me miró con una gran sonrisa en la cara. Yo lo abracé y le dije: "Gracias por compartir con Denis".

3. **Muestra con tu ejemplo cómo ser bondadoso con otros.** Los adultos que son cálidos y amigables, que ejemplifican una conducta altruista, y que les enseñan a los niños a ser generosos y ayudadores constituyen la enseñanza más efectiva para ayudar a los niños a crecer siendo altruistas. "La Sra. Hernández no puede salir porque se quebró la pierna. Pienso que debe de sentirse sola. Vayamos a visitarla y llevémosle algo rico para comer". Cuando tus hijos hacen estas cosas bondadosas contigo, eventualmente captarán la idea y comenzarán a surgir de ellos mismos ideas para ayudar a otros.

4. **Fomenta una visión positiva de las personas.** Piensa lo mejor de los demás. Evita las críticas y las declaraciones negativas acerca de las personas. Es más probable que los niños desarrollen la empatia y el interés en los demás si miran a las personas en forma positiva. Ayuda a tus hijos a desarrollar amistades con niños de diferentes culturas y razas. Es más probable que sean serviciales y amigables con todos si conocen a personas de muchas culturas.

5. **Dales a los niños muchas oportunidades de ayudar.** Los niños que crecen ayudando eligen ser serviciales más adelante. Haz del servicio un juego. Pasa por alto los errores infantiles; la idea es disfrutar ayudando.

6. **Anima a los niños a pensar en sí mismos como personas serviciales, bondadosas.** Haz que esto forme parte de su auto- concepto. "Gracias por ser tan bondadoso y servicial hoy. Gracias por poner la mesa y entretener al bebé. Eres una persona bondadosa y ayudadora" . Comenta a menudo las conductas bondadosas y de ayuda. Entre los 6 y los 9 años, los niños son a menudo muy sensibles a lo que dices de ellos. Incorporan tus ideas a su autoconcepto en formación. Ayudar a tus hijos a desarrollar un sentido positivo de respeto propio paga grandes dividendos en muchas áreas de sus vidas.

7. **Contrarresta las inclinaciones naturales de los niños hacia el egoísmo.** El egoísmo y la envidia lanzaron fuera del cielo a Satanás. Estos rasgos son lo opuesto al amor y al servicio. Proporciónales a tus hijos lecciones consecuentes con respecto a compartir. Limita la ropa y los juguetes a cantidades razonables. Haz todo lo que puedas para

reemplazar la enfermedad del "dame" por la preocupación por los demás y el compartir con otros.

8. **Involucra a tu familia en proyectos de ayuda en forma regular.** Para obtener la satisfacción y la alegría del que ayuda a otros, tu familia debe estar involucrada personalmente con personas necesitadas. ¿Te has sentido realmente bien después de ayudar a alguien? Los investigadores han notado que este fuerte sentimiento positivo probablemente proviene de la liberación de endorfinas, similares a las liberadas por la euforia tan conocida del corredor. Las endorfinas crean un sentimiento de bienestar y de euforia. Puedes obtenerlo al ayudar, así como al correr. Elijan un proyecto familiar e involucra a todos. Te alegrarás de haberlo hecho.

¿PROBLEMAS CON LA BONDAD Y LA COMPASIÓN?

Algunos niños son naturalmente más bondadosos y compasivos. Parecen haber nacido así. De hecho, varios investigadores del desarrollo infantil han concluido justamente eso: que algunos niños nacen con más empatia y que muestran bondad hacia otros cuando son apenas deambuladores. La mayoría de los niños no. Estos "empatizadores" tempranos llorarán cuando otros lloran, le darán palmaditas suaves a sus mamás cuando éstas se ven angustiadas, o le ofrecerán su biberón a otro bebé que llora.

Otros niños tienen, por naturaleza, mucho menos orientación hacia los sentimientos. Manejarán por la vida en el carril del pensamiento, definidamente no en el carril de los sentimientos. Muchos niños, aunque no empaticen tempranamente, aprenden a entender cómo se sienten los otros, y llegan a ser buenos pensadores y seres humanos compasivos. La niñez temprana es el mejor momento para aprender a em- patizar. Los niños necesitan tener los sentimientos de empatia en su lugar para cuando tienen 6 ó 7 años.

Pero, ¿qué sucede con los niños que parecen pensar sólo en ellos mismos y que no saben cuándo decir o hacer algo bondadoso por otra persona? Algunos de estos niños, en realidad, parecen carecer de habilidad para expresar sentimientos y para entender cómo se sienten k>s demás. ¿Se los puede ayudar?

La mamá de Mauro me expresó su preocupación por la falta dt

sentimientos de su hijo. Parece ser casi totalmente cognitivo. Es muy inteligente y le gusta la información de casi todos los temas. Puede razonar y analizar. Pero cuando ella le pregunta cómo se puede sentir otra persona, él no tiene la más mínima idea, aunque la mayoría de los niños de 10 años pueden identificarse de alguna manera con los sentimientos de otros niños. Ella dijo que a los otros niños no les desagradaba, pero que Mauro está aislado de ellos. Su madre ha estado tratando de enseñarle bondad y compasión desde que era muy pequeño, pero parece no tener nada de interés en aprender esto. No cree que sea importante ser bueno con los demás.

Le aconsejé a la madre de Mauro que siga intentándolo y que no se dé por vencida todavía. Debería usar cada oportunidad posible para ayudarlo a pensar en cómo se sienten las otras personas y qué podrían necesitar o querer. Podría señalarle de qué maneras otros niños muestran bondad. Podrían jugar a “Nombra el sentimiento” y “Actúa el sentimiento”, usando fotos o láminas de revistas o haciendo los ademanes de ese sentimiento. Podría apelar a su sentido de dominar las cosas y a sus metas vocacionales (ya tiene algunas), y tratar de hacer que Mauro participe en actividades en las que ayude directamente a otros, para que sienta algo del gozo que trae el ayudar. Esto podría animarlo a pensar en las necesidades de los demás. Mauro necesitará cierta medida de bondad y compasión en la vida adulta, especialmente en una relación matrimonial, aunque probablemente siempre esté más interesado en pensar que en sentir. Su vida será una vida muy aislada y carecerá de relaciones humanas, si se concentra exclusivamente en su computadora. Le dije a su madre que definidamente no es demasiado tarde para ayudar a Mauro a interesarse más en relacionarse con otras personas. Es un niño inteligente, y puede aprender lo que otros niños harían más naturalmente.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

1. Participen en un proyecto voluntario durante sus vacaciones familiares.

2. Hagan visitas para alegrar a ancianos, enfermos o personas postradas. Lleven flores, libros, casetes, comida o dibujos que hayan hecho los niños.

3. **Confeccionen libros de recortes** con fotos y láminas, para llevar a las salas de niños en los hospitales. Entréguenlos personalmente, si es posible.

4. **Fabriquen o compren juguetes** para las salas de niños en los hospitales. Entréguenlos personalmente, si es posible.

5. **Fabriquen o compren juguetes para una familia necesitada.** Entréguenlos. Tómense el tiempo para llegar a conocer a la familia.

6. **Compartan juguetes** con otras familias necesitadas. Entréguenlos. Tómense el tiempo para conocer a estas familias.

7. **Seleccionen y regalen la ropa que les queda chica.** Ayuden a empacarla en cajas, para entregarlas a organizaciones de ayuda.

8. **Inviten a una familia necesitada a comer** en alguna fecha especial, como Año Nuevo.

9. **Lleven un pan casero** o mermelada casera a los vecinos de la cuadra en la que viven.

10. **Junten alimento no perecedero** y llévenselo a una familia necesitada. Visítenlos.

11. **Ayuden a los ancianos, los discapacitados o los enfermos, o a una madre sola** de tu vecindario o de la iglesia. Pinten, barran las hojas, corten el pasto, búsquenle la correspondencia, háganle las compras, arreglen el techo, el cerco o la ropa. No acepten ningún pago. Éste es un regalo de amor.

12. **Mantengan correspondencia con un misionero.** Envíenle cosas que necesite.

13. **Sacrifiquen las golosinas durante un mes** y ahorren ese dinero para uno de los proyectos recién mencionados.

14. **Ayuden a un niño a quien aíslan en la escuela.**

15. **Ponte del lado de un compañero de clase** que está siendo ridiculizado o de quien se están burlando. Hagan de este niño su proyecto familiar especial.

16. **Ayuden en un comedor comunitario.**

17. **Junten alimentos y ropas** para los que no tienen techo. Ayuden a distribuir estos elementós.

i'

CITAS SABIAS

"Dos cosas son como la piedra: la bondad en los problemas del otro, y el valor en los tuyos propios".

–*Adam Lindsay Gordon*

"Sé siempre un poco más bondadoso de lo necesario".

–Sir *James Matthew Barrie*

"¿Te han mostrado bondad? Pásala. Pásala".

–*Henry Burton*

"Los pequeños actos de bondad,
las pequeñas palabras de amor,
ayudan a alegrar la tierra como
arriba en el cielo".

–*Julia A. Fletcher Carney* "Un rostro bondadoso es un rostro hermoso".

–*M. Tupper*

"No hay límites para la bondad".

–*Proverbio japonés*

"El corazón tierno no envejece".

–*Proverbio tunecino* "Nunca le duele la cabeza al hombre mientras consuela a otro".

–*Proverbio italiano* "Una palabra de bondad es mejor que un pastel gordo".

–*Proverbio ruso* "La bondad es la luz solar con la que crece la virtud".

"La bondad consiste en amar a las personas más de lo que merecen".

–*Joubert*

"Espero pasar por la vida sólo una vez. Si, por lo tanto, hay alguna bondad que pueda manifestar, o alguna cosa buena que pueda hacer a algún semejante, permítanme hacerlo ahora, porque no volveré a pasar por este camino".

–*William Penn*

"El más pequeño acto de bondad vale más que la mayor de las intenciones".

SENDEROS DE LA NATURALEZA HACIA LA BONDAD Y LA COMPASIÓN

Muchas veces la naturaleza parece cruel. Pero la naturaleza también ofrece ejemplos de bondad y compasión.

Los gansos: Cuando los gansos migran, vuelan en una formación con forma de V. Liderar la V requiere mucha fuerza, porque el líder recibe el choque del viento. Cuando el ganso líder se cansa, retrocede en la formación y otro ganso toma su lugar. Si uno de los gansos se lastima y no puede seguir el vuelo, siempre baja con él un acompañante que se queda con él hasta que esté bien, y luego reanudan juntos el vuelo. Los gansos se demuestran bondad y compasión unos con otros.

Perros y gatos: Muchas veces una mamá perro o una gata que están amamantando reciben un cachorro de otra madre, y lo amamantan y lo cuidan como si fuera propio. Nuestro periódico local publicó una historia de una perra que había amamantado a diez cerditos hasta que pudieron alimentarse por sí solos. Dios compara su amor con el amor de una mamá que amamanta (Isa. 66:12, 13).

SENDEROS COTIDIANOS HACIA LA BONDAD Y LA COMPASIÓN

Niños reales, lugares reales, elecciones reales. Usa los problemas que tus hijos tienen en la vida real para ayudarlos a ser bondadosos y compasivos. Para reforzar esto de manera adicional, dialoguen sobre algunas de estas situaciones de la vida real.

Niñez temprana: El bicho

Aldana y Jeremías estaban jugando en la plaza. La abuela los estaba cuidando mientras jugaban en los columpios. Pronto se cansaron de hamacarse y comenzaron a correr alrededor de los juegos. Jadeando, se dejaron caer sobre el suelo cerca de un arbusto.

–¡Oh, mira, Jeremías! Mira ese bicho. Parece suave y húmedo. Lo voy a pisar y aplastar. Nos puede hacer daño.

–No, vamos a llamar a la abuela. Ella va a saber lo que es –dijo Jeremías–. ¡Abuela, abuela! –gritó.

La abuela corrió hasta donde estaban los niños. Pensó que quizás estarían lastimados, pero cuando llegó al lugar, nadie estaba herido.

–Abuela, mira –señaló Jeremías–, ¿Nos hará daño? Aldana quiere aplastarlo.

–¡Oh, no! ¡No lo aplastes! Es una oruga. Come las hojas de ese arbusto. Si la dejan tranquila, algún día se transformará en una hermosa mariposa –explicó la abuela.

Pero Aldana seguía queriendo aplastarla o, por lo menos, empujarla con un palito. ¿Qué debería hacer? ¿Cómo se habría sentido la oruga si la hubiesen empujado con un palo? ¿Qué habría pasado si Aldana la hubiese pisado? ¿Es importante ser bondadosos con los bichos? ¿Qué hacen los bichos por nosotros?

Niñez tardía: ¿Qué podrías hacer?

La compasión significa que te sientes mal cuando alguna otra persona está herida, y que quieres ayudarla. Si escucharas a alguien diciendo lo siguiente, ¿cómo te sentirías? ¿Cómo podrías mostrar compasión en las siguientes situaciones?

Mamá, que abre la puerta al llegar del trabajo: "¡Estoy ta-a-an cansada!"

"¡Espérame! No puedo caminar tan rápido con este yeso".

"Alumnos, quiero que conozcan a Heinrich. Su familia acaba de llegar de Austria".

"¡Perdimos el partido por culpa tuya!"

Tu hermanito: "¡Tengo miedo! Ese chico más grande dijo que me va a pegar si no le traigo mañana un billete de cinco pesos. ¡No tengo dinero!"

Adolescencia: Yanina y Carla

Yanina era la única alumna de color del colegio. Sus padres acaban de mudarse a ese distrito. La mayoría de los chicos de la escuela nunca habían tenido una amiga que no fuera de raza blanca. Al comienzo, Yanina se sintió muy aislada. Nadie le hablaba, y nadie se sentaba con ella a la hora del almuerzo. De hecho, nadie se sentaba siquiera a su mesa. Tenía la sensación de que los chicos hablaban de ella, pero todos le daban el tratamiento del silencio si se acercaba a un grupo de chicos. Esto se repitió durante las primeras dos semanas.

Entonces, un día Carla decidió sentarse con Yanina a la hora del

almuerzo. Carla había asistido a la escuela primaria con alumnos de diferentes países, así que se sentía cómoda con personas de raza diferente. Pero también corría el riesgo de que sus amigos la abandonaran si ella se amistaba con Yanina. Nadie más se sentó con ellas en el almuerzo. Finalmente, después de una o dos semanas más, una de las amigas de Carla vino a sentarse con ellas a la hora de almorzar. Gradualmente, otros chicos se les unieron. Para el final del primer trimestre, Yanina tenía unos pocos amigos, pero Carla seguía siendo su mejor amiga. La mayoría de los amigos de Carla no la abandonaron, pero tampoco se hicieron amigos de Yanina.

Yanina se probó para entrar en el equipo de animadoras de espectáculos deportivos, pero no entró. El rumor era que "no podían tener en el equipo a alguien que fuera tan diferente". Yanina se sentía mal, pero mantuvo en alto su cabeza y siguió siendo amigable con todos. Carla la animó y se quedó a su lado.

El último año del colegio, Carla decidió postularse para tesorera de su curso. Sin saberlo, Yanina también decidió postularse como candida- ta para un cargo directivo del curso, como vicepresidente. ¿Debían hacer campaña juntas? ¿O afectaría eso las posibilidades de Carla de acceder a un cargo? ¿Cómo se habría sentido Yanina si Carla no la hubiese apoyado? Todavía había muchos chicos que despreciaban a Yanina y que la rebajaban cada vez que podían. ¿Debía abandonar Carla la campaña y concentrarse en ayudar a Yanina con la suya? ¿O debía ignorar la campaña de Yanina y concentrarse en la suya?

No todas las situaciones tienen respuestas sencillas. Permite que la discusión de tu familia considere tantos ángulos o puntos de vista como sea posible.

CLAVES PARA LA BONDAD Y LA COMPASIÓN

1. Comunica tu profunda desaprobación cuando se lastima a las personas o a los animales.
2. Ayuda a los niños a entender cómo se sienten otras personas.
3. Sé un ejemplo de cómo interesarte en tu familia y en los demás, y de cómo ser perdonador.
4. Fomenta una visión positiva de las personas.
5. Dales a los niños muchas oportunidades de ayudar y de pensar en sí mismos como personas serviciales e interesadas en los demás.
6. Reemplaza el "dame" por preocuparse y compartir con otros.
7. Involucra a tu familia en proyectos de ayuda.

Capítulo 16

Contentamiento y gratitud

***[...] He aprendido a contentarme, cualquiera que sea mi situación* (Fil. 4:11).**

¿Has notado que cuantas más "cosas" tienen los niños, más cosas quieren y menos aprecian lo que tienen? Los juguetes están ti rados de cualquier manera por toda la casa y el patio. Les faltan piezas, y tan sólo días (u horas) después de haberlos recibido, ya no funcionan más y los niños han perdido interés en ellos. ¡Y, sin embargo, les compramos más!

Es difícil resistir el bombardeo de los medios, que nos hacen sentir insatisfechos con nuestras cosas. Antes de que nos demos cuenta de qué nos golpeó, estamos seguros de que Melisa no estará feliz a menos que le compremos la casa de muñecas con luces eléctricas y muebles de estilo. Y Andrés está seguro de que no puede vivir sin la última novedad en juguetes que todos los otros chicos tienen.

Los buenos padres, después de todo, les dan a sus hijos estas importantes "oportunidades educativas", nos dicen los anunciantes. Lo que ellos no admiten es que tienen sólo un objetivo en mente: hacer dinero a partir de nuestra insatisfacción inducida por los medios.

Dios nos dice algo completamente diferente: conténtate con lo que tienes (Heb. 13:5). El camino de Dios es un camino de satisfacción, no

de insatisfacción; de gratitud, no de exigir la complacencia propia. ¿Cómo podemos dar vuelta las cosas? La insatisfacción es, después de todo, el camino del diablo, y él hará que "tener más" sea muy atrayente. El contentamiento y la gratitud comienzan con el control de nuestro impulso de tener más.

¿Cómo vemos el contentamiento y la gratitud en la vida real?

I FelIZ	**CUANDO TENGO CONTENTAMIENTO Y GRATITUD...**
Satisfecho Sereno	Estoy feliz con los juguetes que tengo. No tengo que suplicar y lloriquear pidiendo más cada vez qUe mj famiija saje ¿e compras.
Realizado Apreciador	Siempre digo "gracias" cuando recibo un regalo. Escribo tarjetas de agradecimiento a las personas que hacen cosas lindas por mí.
... Agradecido Contento *	Estoy agradecido a Dios por las cosas maravillo- . . , ,« sas que el ha hecho: por las flores, los pajaros, las plantas, los caracoles, los perros y los gatos.
	Hago algo cada semana para cuidar el mundo que Dios hizo.

Me gusta hacerles regalos a mi familia y a mis amigos. Me gusta darles sorpresas.

Todos los días digo "gracias" a Dios por las bendiciones que me ha dado ese día.

Estoy feliz con la ropa que tengo. Cuando me queda chica, se la doy a alguien que la necesita.

No envidio a otros niños y las cosas que ellos tienen. Cuido mis cosas y estoy feliz con lo que tengo.

CÓMO VE DIOS EL CONTENTAMIENTO Y LA GRATITUD

Dios es el dador por excelencia. Nunca se cansa de dar a su familia terrenal. Todo lo que quiere a cambio es nuestra expresión de aprecio por sus maravillosos regalos. A Dios le encanta dar regalos maravillosos a toda la humanidad. Su mayor gozo es dar. A lo largo de toda su Palabra, Dios muestra claramente que desea que estemos contentos con lo que tenemos y agradecidos en todo momento. La envidia y la codicia

Pero gran ganancia es la piedad acompañada de contentamiento. 1 Timoteo 6:6.

[...] Contentaos con vuestro salario. Lucas 3:14.

Sean vuestras costumbres sin avaricia, contentos con lo que tenéis ahora; porque él dijo: No te desampararé, ni te dejaré. Hebreos 13:5.

Lleguemos ante él con acción de gradas. Salmo 95:2, NVI.

Den gracias al Señor, porque él es bueno. Salmo 107:1, NVI.

Grandes cosas ha hecho Jehová con nosotros; estaremos alegres. Salmo 126:3.

Regocijaos en el Señor siempre [...] Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. Filipenses 4:4, 6.

Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús. 1 Tesalonicenses 5:18.

no tienen lugar en su forma de vida. Él quiere que siempre le agradezcamos, aun cuando la vida sea difícil. Quiere que le traigamos nuestros pedidos con agradecimiento.

Personajes bíblicos

¿Cuál es la historia bíblica más famosa acerca del agradecimiento? Probablemente la historia de los diez leprosos sanados por Jesús (Luc. 17:12-19). Sólo uno volvió a agradecerle. ¿Qué puedes aprender acerca de la gratitud y del contentamiento en estas historias bíblicas? El paralítico del estanque de Betesda (Juan 5:1-15), Abigail y David (1 Sam. 25), Simeón y Ana (Luc. 2:25-38), María (Juan 12:1-8), el hombre rico que quería construir un granero más grande (Luc. 12:13-21), Zaqueo (Luc. 19:2-10), el hijo pródigo y su hermano (Luc. 15:11-32), Judas (Mat. 26:14-56), Acán (Jos. 7), Ananías y Safira (Hech. 5:1-11), las ofrendas de las primicias en el templo (Éxo. 23:16-19). Estas historias les servirán para muchas noches en familia. Cada una tiene un importante mensaje de Dios con respecto al contentamiento y la gratitud.

CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A TENER CONTENTAMIENTO Y GRATITUD

La gratitud y el contentamiento constituyen una forma de mirar la vida, un camino que lleva a la felicidad. ¿Cómo puedes ayudar a tu familia a desarrollar una actitud de contentamiento?

1. **Pide a Dios que cambie tu propia actitud.** Existen muchas razones por las cuales a veces compras demasiadas cosas para tus hijos y para ti. Puede ser que, inconscientemente, trates de compensar lo que no tuviste como niño o que sea para impresionar a otras personas. Quizá lo hagas porque te sientes culpable por el poco tiempo que pasas con tus hijos. Quizá seas impulsivo, o un títere inconsciente de los anunciantes.
O, cansado del trabajo y por las preocupaciones, simplemente te cansas de oír a tus hijos suplicarte cuando estás en un negocio, y cedes.

Dios te puede ayudar a cambiar.

2. **Observa con cuidado lo que está ocurriendo en tu hogar.** ¿Están rebosando los armarios y los cajones de juguetes de tus hijos? ¿Estás pisando juguetes por donde vayas? ¿Son descuidados tus hijos con sus pertenencias? ¿Tienen una actitud como de "está bien, podemos comprar otro"? ¿Tienen un caso grave de "dame-itis"?

¿Están tus propios armarios tan llenos que no puedes encontrar lugar para poner el nuevo aparato de cocina que acabas de comprar? ¿Tienes tú también la enfermedad del "dame"? ¿Puedes controlar tus gastos? ¿Están tus tarjetas de crédito sobregiradas? ¿Le dices a tu cónyuge, con anhelo: "Notaste que María y José se compraron un nuevo auto"? ¿Estás constantemente comparando lo que tienes con lo que tienen tus amigos?

Si es así, es momento de un ajuste en la actitud de toda la familia. Cualquier momento del año es bueno. De eso se trata, de ser agradecidos por lo que tenemos.

3. **Haz un inventario junto con tu cónyuge y tus hijos.** Ayuda a tus hijos a seleccionar sus juguetes y su ropa. Anímalos a separar las cosas que no usan, para regalarlas a una familia necesitada o a alguna organización de caridad. Después de hacer la selección, guarda la mitad de los juguetes. Te sorprenderás de cuánto más interesante se volverá la otra mitad. Un par de meses más tarde, cambia algunos de los juguetes que están afuera por los que están guardados. Cada vez

que tus hijos reciban un juguete nuevo, anímalos a regalar uno viejo (ésta no es una mala idea para nuestros propios armarios atestados). Tómate el tiempo, con tu cónyuge, para hacer lo mismo con las "cosas" de ustedes. He notado que algunas revistas para mujeres tienen, por lo menos, un artículo por número acerca de cómo organizarse. Todos los artículos aconsejan seleccionar y reducir, como primer paso para organizarse. Debe ser un problema nacional. Por lo menos, es reconfortante saber que no estamos solos en esto.

4. **Evalúa la importancia de los medios de comunicación en la vida de tu hijo.** Uno de los principales mensajes de los medios es que "cuantas más cosas tengas, más feliz serás". Es un mensaje que los niños –y los adultos, podría agregar– abrazan rápidamente. Compramos fácilmente un falso sistema de valores. El principal objetivo de la televisión es hacer dinero para los productores de programas y para los anunciantes. Los niños están expuestos a muchos mensajes de "dame, dame" cada día. El contentamiento con lo que uno tiene no es, definidamente, uno de los productos secundarios de esos mensajes. Evalúa los mensajes que están recibiendo tus hijos. Haz algo con respecto a ellos. Disminuye el tiempo que miran televisión. Vigila los mensajes de ventas que aparecen en Internet, la publicidad en las revistas y en otros lugares. Conversa con tus hijos más grandes de lo que están tratando de lograr los anunciantes. Desmitifica el proceso. Elimina la exposición de los niños más pequeños.

5. **Comienza a enfatizar las relaciones por encima de las cosas.** Anima a los abuelos y a otros familiares a que enfaticen la relación con tu hijo, "trayéndose a sí mismos" o algo personal (como a ellos mismos en un casete leyendo una historia para los niños), o que pasen tiempo con el niño haciendo algo. Si viajas, no traigas un regalo cada vez que vuelvas a casa. En lugar de ello, "tráete a ti mismo" y algo de tiempo para estar juntos. Abraza o elogia a tu hijo por un trabajo bien hecho en lugar de darle dinero u otra recompensa material cada vez. Lo más gratificante que tienes para ofrecerle a tu hijo eres tú mismo, tu tiempo y tu relación. No estafes a tu hijo dándole cosas en lugar de brindarte tú mismo. Si tu familia ha estado muy orientada hacia las cosas, tomará tiempo hacer esta transición hacia las relaciones. Pero eventualmente estarás feliz de haberlo hecho.

^tÉHeriste el impulso de comprar más juguetes, o ropa o "oosas". Pregúntate: ¿Realmente necesita esto? ¿Alentará actitudes de contentamiento y gratitud? ¿O fomentará el orgullo, el egoísmo y la enfermedad del "dame"? Aun si tu familia tiene mucho dinero para gastar en Navidad, decidan un límite de dinero antes de comenzar las compras de Navidad. Usen el resto para comprar ropa, alimento y juguetes para familias que no tendrán ninguna Navidad. Entreguen sus paquetes de Navidad personalmente a familias necesitadas. Permite que toda la familia disfrute del gozo de dar. Pide a cada miembro de la familia que prepare un regalo de Navidad para otros miembros de la familia. No se permiten regalos comprados. O limita los regalos a un solo regalo grande para cada miembro de la familia, y quizás uno o dos pequeños. Te sorprenderás de cuánto más significado tendrán los regalos.

7. **Estimula las expresiones de agradecimiento.** Asegúrate de que cada niño escriba (o dicte) una tarjeta de agradecimiento por cada regalo que recibe en cualquier momento del año. Sí, a los abuelos también. Haz que esto se convierta en un hábito. Enseña a los niños a recibir los regalos afablemente, con una sonrisa y un comentario apropiado: "¡Oh, abuela! Qué lindo. Gracias", acompañado de un abrazo. Enseña a tus hijos a ser corteses y a nunca, nunca, decir cosas despectivas acerca de un regalo. Aun si están chasqueados, es más importante tener en cuenta los sentimientos de la otra persona que su propio desencanto. Practiquen cómo recibir un regalo en forma afable. A todos les gustan los niños bien educados. El tiempo invertido en enseñarle a tu hijo a ser afable y cortés pagará grandes dividendos, a lo largo del camino, en una mayor confianza en sí mismo y en muchas amistades.

8. **Estimula una actitud de dadivosidad.** Dar a otros es un gran antídoto para la enfermedad del "dame". No les des a los niños dinero para la ofrenda; permite que ellos le den a Dios de su propio dinero. Cuando tu iglesia o tu comunidad junte regalos para las familias necesitadas, permite que tus hijos ayuden a seleccionar los regalos que dará vuestra familia, que los envuelvan y que los lleven al lugar de recolección. Si es posible, formen parte del equipo que distribuirá los regalos. Dales a los niños la responsabilidad de comprar regalos de cumpleaños para sus amigos con su propio dinero (asegúrate de que su cuota semanal o mensual alcance para cubrir estos gastos) y de envolver

el regalo (con tu ayuda, si fuere necesario). Lleva una pequeña expresión de amistad cuando te inviten: un pequeño ramo de flores o algo especial para comer. Involucra a tus hijos en la elección del regalo.

Estimúlalos a dar, de sí mismos, regalos que no cuesten dinero. "Mamá, quiero darte una hora para que duermas una siesta. Yo cuidaré del bebé durante una hora, mientras tú duermes". ¿A qué mamá no le encantaría recibir un regalo así? Dales a los niños ejemplos de este tipo de dadivosidad. "Natalia, sé que estás muy estresada con tu proyecto para la escuela. No tengo mucho tiempo ahora, pero puedo darte quince minutos para ayudarte a encontrar material en Internet". Expresa las cosas que haces por tus hijos en términos de dar. Anímalos a hacer lo mismo. Agradéceles por lo que dan.

9. **Estimula el agradecimiento y la alabanza a Dios por sus bendiciones cotidianas.** La alabanza y el agradecimiento a Dios pueden iluminar nuestras vidas de maneras asombrosas. Durante un período especialmente difícil en mi vida, caí en el hábito de notar sólo los chascos o las cosas "malas" que me ocurrían cada día, algo muy fácil de hacer para mí. Esta actitud pronto me llevó a sentimientos de depresión y desánimo.

Un día, mientras estaba leyendo un artículo en la revista *Guide- posts* [Señales], el Señor me habló, y decidí seguir la sugerencia del autor, de comenzar un diario de bendiciones en el cual escribir las bendiciones que Dios me enviaba cada día.

Al principio era difícil encontrar "bendiciones", y bastantes días recurrí a anotar la luz del sol (no se ve todos los días donde yo vivo), las flores del verano u otras bendiciones generales. Gradualmente, pude comenzar a enfocar eventos personales, y mi diario de bendiciones comenzó a ser una verdadera fuente de ánimo mientras repasaba cómo Dios estaba guiándome y cómo me ayudaba realmente con muchos problemas pequeños de mi vida, así como también con los grandes.

Comienza un diario de bendiciones con tu familia, y obtendrás el mismo resultado. Tu familia, incluyendo a tus hijos, comenzará a centrarse en las cosas buenas en lugar de las malas, y prevalecerá un espíritu de agradecimiento. Las ansiedades se desvanecerán ante el resplandor de lo que Dios ha hecho por ustedes. Y observarás algo extraño: Dios comenzará a derramar bendiciones sobre tu familia, y todos

lo notarán. Tus hijos comenzarán a poner la piedra fundamental del contentamiento y la gratitud en la estructura de su carácter.

¿PROBLEMAS CON EL CONTENTAMIENTO Y LA GRATITUD?

Algunos niños tienen grandes dificultades con el contentamiento. Son ansiosos o pesimistas por naturaleza, o los consume el monstruo de ojos verdes de la envidia. El contentamiento no viene naturalmente. ¿Qué puedes hacer para ayudar a tu hijo envidioso a superar esos sentimientos negativos?

La mayoría de los primogénitos siente, por lo menos, una punzada de celos ante la llegada de un nuevo bebé. Mamá parece estar totalmente ocupada con el recién llegado, y ellos extrañan ser el centro de atención. Mamá estaba sentada en el sofá amamantando al bebé Gabriel cuando Lara, de 2 años, se sentó a su lado. Durante unos momentos estuvo enroscando con su dedo el cabello de mamá y mirando cómo el bebé comía. Luego dijo firmemente, dándole una mirada significativa al bebé: "¡Hay demasiada gente en este sofá!" Era bastante claro quién estaba de más. Eventualmente, Lara superó sus sentimientos de desplazamiento, y hoy ella y su hermano están muy unidos. Pero escenas similares no siempre tienen un final feliz.

A los 10 años, a Paula la consumían los celos con respecto a su hermana de 7 años. Cuando nació su hermanita, actuó de manera bastante civilizada con el bebé, pero ventiló su ira con su madre. ¿Por qué tuvo que traer esta "cosa" a casa? Era una niña que hablaba bien y se expresaba con un vocabulario bastante extenso, pero de pronto comenzó a tartamudear mucho. Aconsejé a la familia que ignorara el tartamudeo y que trataran a Paula con mucho amor y atención, y que la hicieran participar en el cuidado del bebé. Yo pensaba que el tartamudeo estaba relacionado directamente con el nuevo bebé. Pero un año más tarde seguía tartamudeando. Era difícil quedarse allí sin hacer nada y creer que desaparecería con el tiempo. Pero así fue. Catorce meses después de la llegada del bebé, Paula dejó de tartamudear de un día para el otro. Su pequeña mente pareció llegar a alguna conclusión, pero pronto se hizo evidente que no había superado sus sentimientos de celos. Ahora se expresaban directamente hacia el bebé.

La mayoría de los niños logran contener sus celos y adaptarse a la llegada del nuevo bebé en uno, o dos o tres años, pero Paula nunca se adaptó. A los 10 años, sus sentimientos de celos se han convertido en resentimiento e ira, que se apoderan por completo de ella. Siempre está alerta a cualquier demostración de lo que ella considera "favoritismo" hacia su hermana, lista para defender sus propios derechos. Ella me recuerda a un león agachado sobre una saliente, con los músculos en tensión, siempre listo para el ataque. Ciertamente no es una niña feliz y contenta.

Grace Ketterman, una psiquiatra cristiana, tiene un excelente comentario sobre los celos en su libro *You and Your Child's Problems* [Tú y los problemas de tu hijo]. Ella cree que los celos se apoyan en la creencia de que uno no es tan bueno como la otra persona. La persona celosa o envidiosa está constantemente atormentada por sentimientos de incertidumbre, duda y sospechas, que pueden madurar y convertirse en enojo y aun odio. Esta niña se compara, en privado, con otros. Los niños celosos tienden a ser sensibles y perceptivos. Pueden ver fácilmente lo bueno en los otros y hasta exagerarlo. Sin embargo, porque son inseguros, no ven con claridad sus propios puntos positivos.

Otra razón para los celos puede ser el favoritismo inconsciente de parte de los padres. Todos los padres tienen sueños para sus hijos, y un hijo puede llegar a cumplir esos sueños más que otro. Aman a todos sus hijos, pero pueden dar mayor aprobación a los que satisfacen mejor sus sueños. Los familiares, a veces, aumentan los sentimientos de desaprobación comparando a los niños. El que se siente dejado fuera –no aprobado– desarrollará envidia. Algunos niños de una misma familia son más populares con sus pares que otros. Esto puede llevar a envidiar al niño más popular. Algunos niños reciben más atención de sus padres porque tienen necesidades especiales. El niño "normal" puede sentir celos de la atención que él no recibe.

Volvamos a Paula. Aparentemente, no tiene razón para estar celosa. Es más linda que su hermana, es muy inteligente, es una alumna con excelentes notas y es buena deportista. Cuando era pequeña era muy bonita, y los adultos la adoraban y le prestaban muchísima atención. Por el otro lado, su hermanita sufrió de cólicos durante todo el día los primeros 7 meses de vida. En consecuencia, su mamá la tenía

en brazos casi constantemente. La hermanita tenía una disposición muy volátil y sufría importantes berrinches cada vez que algo no salía como ella quería. Paula, sin embargo, tenía un temperamento equilibrado y de buen genio. La hermanita, además, tenía un período de atención muy corto y era sumamente activa. Cuando comenzó su escolaridad, se hizo evidente que tenía problemas de aprendizaje. Por causa de sus necesidades especiales, probablemente había recibido mucha más atención por parte de sus padres que Paula. Así que, aunque Paula tenía muchas ventajas, tenía sin embargo celos de una nena que había recibido monstruosas cantidades de atención de sus padres y no hacía ningún esfuerzo por entender las necesidades especiales de su hermana.

¿Qué pueden hacer los padres de Paula en este punto? En primer lugar, pueden examinar su forma de relacionarse con las niñas, para ver si realmente son imparciales. Cuando un padre me dice: "¡No puedo pensar en nada bueno que tenga ese niño!", pienso que en esa familia probablemente haya favoritismo. A todos los niños se los puede elogiar por algo. Probablemente no son conscientes de la atención extra que le han dado a la hija más pequeña y de qué manera afectó eso a Paula. Siempre pensaron en ella como la hija buena que no tenía problemas.

En segundo lugar, deberían hablar con Paula sobre esto, explicándole que no aman más a su hermana que a ella. Le tuvieron que dar más atención porque tenía algunos problemas y porque necesita ayuda extra. Paula probablemente sepa cuáles son esos problemas. Deberían explicarle que aman mucho a Paula y que están orgullosos de ella. Que no se dieron cuenta de cuánto la estaban lastimando. ¿Puede ayudarlos ella a pensar de qué manera pueden evitar que se sienta dejada de lado cuando su hermana necesita tanta ayuda? Escuchen lo que Paula tiene para decir. Probablemente tenga algunas buenas ideas.

Luego pueden establecer un plan para cambiar. Tendrán que recordarse a sí mismos, a menudo, actuar de una manera nueva. La disciplina de ambas niñas debería ser justa. Las reglas y las expectativas de la familia debieran ser claras, de manera que ambas niñas puedan seguirlas. Incluyan a las niñas en la decisión de cuáles serán las reglas, e in- clúyanlas cada vez que sea necesario hacer un cambio. Hagan un seguimiento consecuente con ambas niñas.

Por último, necesitan ayudar a Paula a tener más confianza propia.

Ayúdenla a aprender habilidades sociales. Ayúdenla a desarrollar empatia, para que evite lastimar a otros y para que pueda hacer más amigos. Ayúdenla a escuchar las preocupaciones de otros, no sólo a hablar de las suyas. Inviten a casa a sus amigos. Asegúrense de que Paula tenga algo que compartir con sus amigos. No exijan que su hermanita la acompañe siempre. Paula necesita una vida propia.

A veces, un niño tiene celos de un hermano que es en verdad más lindo, o tiene más amigos, o es más inteligente o es más atrayente de alguna manera, y que obtiene más atención de todos. Los padres de este niño necesitarán trabajar mucho para reforzar sus puntos positivos, y para ayudarlo a aumentar su confianza y darle más atención.

Habrá momentos en los que los padres de Paula necesitarán ser muy firmes con respecto a detener este hábito de los celos. Necesitan animar a Paula a pedirle ayuda a Dios para vencer este mal hábito en su vida. Ella estará mucho más contenta y feliz cuando deje atrás la envidia y los celos.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Bendiciones hoy: Si nuestros hijos no oyen acerca de las bendiciones de Dios de nosotros, ¿quién se las dirá? Comiencen una tradición familiar a la hora de la cena, en la que cada miembro de la familia, aun los preescolares, cuenten algo especial que Dios hizo ese día. Podría ser una bendición especial personal, una oración contestada o cómo ayudó Dios a alguien a quien conocen.

libro de recortes "Gracias, Dios": Hagan un álbum de recortes con los niños, titulado "Gracias, Dios". Ésta es una buena actividad para las noches en familia. Pueden hacerlo a mano, o en la computadora, o una combinación de ambas formas. Los niños más pequeños pueden buscar fotos, en revistas, que hablen de las bendiciones especiales que Dios le ha dado a vuestra familia durante la semana. Los niños mayores podrían escribir una breve historia de algo por lo cual están agradecidos, incluyendo su propio arte o dibujos de la computadora. Los niños más pequeños podrían dibujar, y tú podrías escribir una historia que acompañe esos dibujos. Elige cada semana una historia especial del álbum de recortes, para volver a contar. De esta manera formarás una tradición familiar de las muchas maneras en que Dios ha

guiado a tu familia.

Dios en nuestra historia familiar: Cuenta a tus hijos acerca de las ocasiones especiales en que Dios bendijo a vuestra familia en el pasado. Las historias familiares son las mejores; son las que tienen más significado. Las historias familiares pertenecen a vuestra familia, y nadie más las puede reclamar. Para comenzar: ¿Cómo conociste a tu cónyuge? ¿Dónde vivían cuando recién se casaron? ¿Adonde vivías cuando eras niño? ¿Qué hacías? Aunque no conocieras a Dios cuando eras niño, él igualmente estaba presente en tu vida, bendiciéndote. Agreguen estas historias al álbum de recortes o grábalas en un casete mientras las cuentas. Gradualmente irás formando una biblioteca de casetes de experiencias personales. ¡Qué maravillosa manera de recordar la dirección de Dios en tu vida y de transmitir sus bendiciones a tus hijos!

Flores: Observa algunas flores silvestres con tus hijos. Aprendan a identificar las distintas variedades. Lleva una máquina fotográfica que tus hijos puedan manejar. Les encantará sacarles fotos a las flores. Recuerda junto con tus hijos cómo usó Jesús las flores para enseñarnos a contentarnos. Nunca debiéramos preocuparnos por el mañana, porque Dios promete cuidar siempre de nosotros. Cultiven algunas flores. Pueden cultivarlas en una maceta, aunque vivan en un departamento en medio de una gran ciudad. Planten algunas semillas de flores silvestres. Haz que la tierra sea un poco más verde, porque aprecias el mundo natural que Dios te ha dado. Expresa tu gratitud por las flores que alegran nuestras vidas y que hacen más felices nuestros días.

Pájaros: Aprendan a reconocer los diferentes pájaros de la zona en que viven. Escuchen sus cantos. Compra un CD con cantos de aves, y aprendan a reconocer los diferentes pájaros por sus sonidos. Escuchen, para relajarse, un CD con cantos de pájaros. Existe música maravillosa para relajarse, con cantos de aves. Hagan del planeta un mejor lugar para vivir, ayudando a Dios en el cuidado de las aves. Hagan o compren un comedero para pájaros, y asegúrense de mantenerlo lleno durante todo el año. Preparen un recipiente para que los pájaros se bañen. Recuerda, junto con tus hijos, cómo usó Jesús las aves para enseñarnos a no preocuparnos por nada, porque Dios promete cuidar siempre de nosotros. Expresen su gratitud por los hermosos pájaros que enriquecen nuestras vidas.

Actividades verdes: La gratitud por el mundo natural que Dios ha proporcionado a los seres humanos nos lleva a querer ayudarlos a cuidar de él. Tus hijos y tú pueden realizar muchas "actividades verdes" para expresar su gratitud: reciclar basura, recoger la basura a lo largo del camino que lleva a su casa, alimentar a las aves, plantar árboles y otras plantas verdes, trabajar para proteger una especie en peligro de extinción, hacer *compost* para usar como fertilizante. Elijan una o dos actividades adecuadas a vuestro estilo de vida. Involúcrate junto con tus hijos. Asegúrate de hacer una conexión entre la gratitud y lo que hacen.

CITAS SABIAS

"El que sale de su casa en busca de felicidad, corre detrás de una sombra".

–Proverbio chino

"El secreto de una vida feliz no es hacer lo que te gusta sino gustar de lo que haces".

"El que está contento tiene suficiente. El que se queja tiene demasiado".

"El contentamiento no consiste en una gran riqueza, sino en pocas necesidades".

"Espera lo mejor, prepárate para lo peor, y luego toma lo que Dios elija enviarte".

–Matthew Henry

"El que no está satisfecho a la mesa de su padre, nunca estará satisfecho".

–Proverbio libanés

"La comida del vecino siempre huele mejor".

–Proverbio maltés

"El pasto siempre se ve más verde del otro lado del cerco. Cuando llegas allí, descubres que es de plástico".

–Adaptación de un proverbio norteamericano tradicional

"Aquéllos que saben cuándo tienen suficiente, son ricos".

–Proverbio chino

"Nunca permitas que tu felicidad dependa de otras personas".

"Un rostro feliz puede convertir algo común en algo especial".

"El qué está contento, nunca puede ser arruinado".
–Proverbio chino

"Puesto que tenemos pan, no busquemos tortas".
–Proverbio español

SENDEROS DE LA NATURALEZA HACIA EL CONTENTAMIENTO Y LA GRATITUD

Aves: Aunque tienen muchos enemigos y enfrentan muchos peligros, las aves parecen estar felices la mayor parte del tiempo. Siempre tienen un canto, cantan en cualquier momento del día y conversan unas con otras. Aun las aves de corral hacen esto. La gente debería estar agradecida por las aves. Sin ellas no podríamos vivir por mucho tiempo sobre la tierra. Hacen muchas cosas que son beneficiosas para las personas. Comen las semillas de plantas dañinas y ayudan a los agricultores al comer insectos dañinos. Los petirrojos comen gusanos que destruyen las raíces de las plantas y que arruinan las cosechas. Los búhos comen tuzas, ratones y ratas. Las aves dejan caer semillas de frutas sobre la tierra y las gaviotas actúan como basureros. Los cantos de las aves nos ayudan a sentirnos felices y descansados. Los pájaros que no migran en el invierno iluminan el paisaje con sus hermosos colores y nos alegran cuando vienen a los comederos para aves. Las aves que vuelven a menudo son la primera señal de que la primavera está a la vuelta de la esquina.

Flores: En el Sermón del Monte, Jesús usó las aves y las flores como ilustraciones del cuidado de su Padre por la naturaleza y por las personas. "Sean como las aves y las flores", dijo. No se preocupen por el mañana, Dios cuidará de ustedes. No hay necesidad de estar ansiosos. Dios cuida de las aves y de las flores. ¿Por qué nos preocupamos por lo que comeremos y lo que vestiremos, siendo que Dios promete cuidar de nosotros? Las flores nos proveen un constante recordativo de la bendición de Dios. Su belleza nos rodea, y añaden gozo a nuestras vidas. Deténganse y admiren la espléndida alfombra al lado del camino.

SENDEROS COTIDIANOS HACIA EL CONTENTAMIENTO Y LA GRATITUD

Las experiencias de todos los días son la mejor manera de enseñar valores. Aprovéchalas. Quizás una de las siguientes historias pueden ayudar a tus hijos a aprender acerca de la gratitud y el contentamiento.

Niñez temprana: El almuerzo

El almuerzo está servido, y Franco está quejándose por la comida y exigiendo comida chatarra. La mamá le dice que puede levantarse de la mesa si no quiere comer lo que tiene servido. No habrá más comida hasta la hora de la cena. Se queja un poco y come de mala gana unos bocados.

Se está acercando el día de Navidad. Al día siguiente, la familia prepara una bolsa con comida para llevar a un refugio para los que no tienen hogar. ¿Habrá niños en ese refugio? ¿Cómo se sentirán con respecto a los alimentos que van en la bolsa? ¿Estarán felices de poder



CLAVES PARA EL CONTENTAMIENTO Y LA GRATITUD

1. Pídele a Dios que cambie tu propia actitud en relación con las "cosas".
2. Da una mirada seria a las "cosas" que hay en tu hogar.
3. Haz un inventario con toda la familia. Deshánganse de lo que está de más. Resiste el impulso de comprar más juguetes o ropa o cosas.
4. Evalúa los mensajes que está absorbiendo tu hijo de los medios.
5. Comienza a enfatizar las relaciones por encima de las cosas.
6. Estimula las expresiones de gratitud.
7. Estimula una actitud de dadivosidad.
8. Alienta el agradecimiento y la alabanza a Dios por sus bendiciones cotidianas.

comerlos o se quejarán y llorarán, y pedirán comida chatarra? ¿Tuviste alguna vez tanta hambre que tu estómago te dolía y no había nada que comer?

Niñez tardía: La niña que lo tiene todo

Harina entró en la casa ansiosa por contarle a la mamá lo que había visto en la casa de Vanesa.

—¡Mamá, deberías ver la casa de Vanesa! Es tan grande que uno casi podría perderse en ella. Todos tienen su propia habitación y su propio televisor y computadora, y equipo de audio y toneladas de CD y vadeos. Deberías ver la ropa de Vanesa. Tiene un vestidor inmenso lleno de ropa. ¡Parece un negocio! Nunca vi tanta ropa. Va a hacer una fiesta de cumpleaños la semana que viene, y dijo que me invitaría. ¿Qué voy a llevarle a alguien que tiene *todo?* No tengo nada de ropa, comparada con Vanesa. Y sólo tenemos un televisor para toda la familia. —¿Piensas que Vanesa es más feliz que tú?— le preguntó la mamá. —No lo sé. Sus padres se fueron de viaje a Europa, y sólo está su niñera y la empleada. Me dijo que le encantó nuestra casa, cuando estuvo aquí la semana pasada. Me pregunto por qué. No es ni por lejos tan linda como la suya.

¿Pueden hacerte feliz las cosas? ¿Cuántas cosas hacen falta para que una persona sea feliz? ¿Puedes ser feliz sin muchas cosas? ¿Qué es lo más importante para la felicidad?

Adolescencia: Deformidades

María se niega a usar falda, porque piensa que sus piernas son feas. Su familia le vive diciendo que sus piernas son normales, pero María se niega a creerles. Siempre está mirándose al espejo y descubriendo lo que ella llama "deformidades". Todos los días se queja de sus "deformidades". Un día llega una alumna nueva a su curso. La chica tiene la edad de María, pero anda en silla de ruedas. Al observar la silla de ruedas, María ve a una chica de cabello oscuro con una linda cara y una linda sonrisa, pero con piernas muy deformadas. De pronto, María recuerda sus propias quejas acerca de sus piernas "deformadas" y se sonroja. ¿Qué supones que está pensando María? ¿Qué puede hacer para que la chica de la silla de ruedas se sienta cómoda en el colegio?

Capítulo 17

Paciencia y perseverancia

Guarda silencio ante el Señor, y espera en él con paciencia **(Sal. 37:7, NVI).**

Rubén fue mi alumno en séptimo año de EGB. En ese tiempo, yo enseñaba Castellano, como segunda lengua en una escuela de habla inglesa en Puerto Rico. Rubén era un alumno promedio, con notas en general buenas y alguna ocasional nota sobresaliente. El curso era pequeño, y muchos de los alumnos eran brillantes. Obtenían buenas calificaciones fácilmente. Pero Rubén era perseverante. Día tras día, su madre lo animaba a hacer sus tareas y a seguir adelante. Y lo hizo.

Como docente joven, todavía no había aprendido que la perseverancia predice el éxito mejor que la brillantez. Nunca hubiera predicho un futuro brillante para Rubén. Sin embargo, hoy en día es un profesor universitario muy exitoso en una disciplina sumamente difícil. Es reconocido como un experto, buscado por sus colegas y cortejado para cargos administrativos.

Joel quería ser kinesiólogo. El aprendizaje le resultaba lento y difícil, por su dislexia. Repitió Anatomía y Fisiología tres veces antes de obtener la calificación requerida para entrar en la escuela profesional. Hoy es un exitoso kinesiólogo y tiene muchas personas trabajando para él, un empresario moderno en el campo de la medicina.

Joanna era una exitosa psicóloga escolar y estudiaba para sacar un doctorado, cuando se enfermó de esclerosis múltiple. Decidió no abandonar sus sueños de completar su doctorado. Una materia por vez. Mucho tiempo para descansar. Tiempo extra para los exámenes. Completó su residencia en tres años, en lugar de hacerlo en uno. Su proyecto de tesis estudió a las familias que tenían a uno de los padres con esclerosis múltiple. Finalmente, 17 años después de haber comenzado, Joanna luchó para subir a la plataforma con sus muletas para recibir su ansiado diploma. La audiencia rompió en un aplauso espontáneo.

Como docente mucho más sabia que antes, ahora les digo a los alumnos que comienzan su doctorado: "Los títulos doctorales *a veces* se conceden a los alumnos brillantes, pero *siempre* a los perseverantes".

La paciencia y la perseverancia son los ingredientes mágicos que marcan la diferencia entre la mediocridad y la brillantez; entre el darse por vencido y vencer en la vida cristiana; entre los matrimonios exitosos y los matrimonios fracasados; entre tener una idea para un libro y escribir uno (¿se preguntan por qué pensé en esto?); entre querer ganar el premio y hacerlo realmente; entre el cielo y el infierno. Mantenerse allí cuando todo está oscuro. Creer que Dios está allí con nosotros.

Emprendamos con nuestros hijos el camino hacia la paciencia y la perseverancia. En primer lugar, ¿a qué se parecen la paciencia y la perseverancia en la vida real?

CUANDO SOY PACIENTE Y PERSEVERANTE...

No pierdo los estribos cuando estoy irritado o cuando alguien se cruza en mi camino. Cuento hasta diez y pienso: *Puedo manejar este problema. ¿Cuáles son mis opciones?* Luego trato de responder de manera razonable.

■

Conformidad

Tolerancia

Persistencia

Compostura

Resistencia

Calma

Trato de esperar pacientemente cuando no puedo tener lo que quiero. Sé que no puedo tener todo *ahora.* Quizás haya algunas cosas que nunca pueda tener. Tengo que aceptar los chascos y seguir adelante.

No interrumpo a las personas cuando están hablando. Espero mi turno.

Permanezco haciendo mi trabajo hasta que lo termino. No corro a jugar cuando se pone aburrido o difícil.

Trato de pensar cuidadosamente cuáles son mis opciones para tomar una buena decisión. Trato de no ser impulsivo y de no estar demasiado apurado como para pensar.

Cuando me quedo atascado en algún proyecto y no sé qué hacer, no me doy por vencido. Trato de buscar ayuda y resolver lo que tengo que hacer.

Cuando estoy haciendo un proyecto grande, trato de planear metas pequeñas, de manera que pueda terminar para la fecha estipulada.

Trato de ser paciente con las personas que son lentas o que no entienden las cosas tan rápidamente como yo.

El amor nunca se da por vencido, así que si amo a alguien no me doy por vencido, no importa lo que suceda.

CÓMO VE DIOS LA PACIENCIA Y LA PERSEVERANCIA

Parecería que, a la vista de Dios, la paciencia y la perseverancia son una misma cosa. Diferentes traducciones bíblicas usan una palabra o la otra para el mismo pasaje. Dios sabe cuán difícil es perseverar. La tendencia humana natural es darse por vencido cuando las cosas se ponen difíciles. Así que, en sus instrucciones para nosotros, él enfatiza la importancia de la paciencia y de perseverar hasta el fin. También promete estar a nuestro lado hasta el fin, cualesquiera que sean las dificultades y las pruebas que surjan a mitad del camino. La paciencia es, de-

¡

Mas el que persevere hasta el fin, éste será salvo. Mateo 24:13.

[...] Retenedlo hasta que yo venga. Apocalipsis 2:25.

[...] Vale más la paciencia que la arrogancia. Edesiastés 7:8, NVI.

El amor es paciente [...] todo lo espera. 1 Corintios 13:4, 7, NVI.

[...] Corramos con perseverancia la carrera que tenemos por delante. Hebreos 12:1.

[...] Añadid [...] al dominio propio, paciencia; a la paciencia, piedad. 2 Pedro 1:5,

finidamente, el camino de Dios. Paciencia con las personas, paciencia con las circunstancias, paciencia con las demoras, paciencia aun cuando el fin ni siquiera se pueda imaginar. Paciencia hasta el fin. El amor es paciente, y siempre persevera.

Personajes bíblicos

Las biografías bíblicas incluyen a los pacientes y a los impacientes, a los perseverantes y a los desanimados. Usa algunas de estas biografías bíblicas para ayudar a tus hijos a aprender las consecuencias de la paciencia y la perseverancia. Noé predicó y construyó el arca durante ciento veinte años (Gén. 6:9-22). Moisés comenzó siendo impetuoso e impaciente. Mató a un hombre. Luego huyó al desierto, donde Dios le enseñó paciencia durante cuarenta años (Éxo. 2-4).

Josué avanzó paciente y persistentemente en la conquista de Ca- naán (Jos. 1-12). Jesús soportó muchas tentaciones y pruebas difíciles con extrema paciencia (Mat. 4:1-11; 26-27). David esperó pacientemente muchos años para convertirse en rey (1 Sam. 16:1-13; 2 Sam. 2:1-11; 5:1-4). José esperó pacientemente en prisión, acusado injustamente, sin esperanza de liberación (Gén. 39-41). Pablo, impaciente y obstinado al comienzo, esperó pacientemente en Roma al acercarse al fin de su vida (Hech. 28).

Desafía a tus hijos a encontrar su biografía bíblica preferida en relación con la paciencia y la perseverancia. Léanla, cuéntenla, represéntenla, dibújenla, escúlpanla, escríbanla. Grábala en sus mentes hasta que esa persona llegue a ser su héroe personal.

CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A DESARROLLAR PACIENCIA Y PERSEVERANCIA

Cuando las enfermeras le traían a Daniel, su hijo recién nacido, a la mamá para que lo amamantara, siempre comentaban: "Es muy impaciente. En cuanto abre los ojos, quiere comer". Sus observaciones fueron una predicción. De seguro, Dani ha tenido muchos problemas en el área de la paciencia. Pero está aprendiendo, y sus padres también.

No todos los niños son como Dani. Con un poco de dirección, la mayoría de los niños, en el curso natural del crecimiento dentro de una familia que practica la paciencia y la perseverancia, aprenderán a ser

pacientes y suficientemente perseverantes como para enfrentar la vida día a día. Unas pocas pautas generales pueden resultar útiles mientras guías a tus hijos.

1. Enséñales gradualmente, a los niños pequeños, cómo esperar para obtener algo que quieren. Los niños muy pequeños poseen muy poca paciencia, pero a veces manifiestan enormes cantidades de persistencia. Observa tan sólo a un bebé tratando de aprender a gatear. Pero aun el "gateador" más persistente tendrá que aprender paciencia. Espera a que tus hijos aprendan a ser pacientes en los momentos apropiados. Mamá está hablando por teléfono. No se la puede interrumpir excepto por una emergencia. Insiste en hacer cumplir esta regla, pero ayuda a tu hijo a aprender a esperar. Pon papel y lápices de cera o un libro interesante cerca del teléfono, para que el niño tenga algo que hacer mientras espera que termine la conversación. Luego, sé razonable también. Si ves que la llamada será prolongada, pide disculpas y habla con tu hijo.

No cedas a los lloriqueos, o tus esfuerzos por enseñar paciencia se perderán. Muestra claramente que esperas paciencia. No sientas que debes saltar en el momento a darle a tu pequeño todo lo que él pide a los gritos. Pronto será, si no, un pequeño tirano que gobierna la casa. Insiste en la paciencia, pero calibra la paciencia de acuerdo con la edad de tu hijo. Treinta segundos es una eternidad para un niño de un 1 año y dos minutos es una eternidad para el de 4 años.

Explica que la paciencia consiste en esperar tranquilamente: "Mamá, papá y la abuela te aman, y te darán lo que necesitas a su debido tiempo". "Papá no puede dejar de revolver la salsa blanca para darte un juguete. La salsa se quemaría. Pero él te ayudará a buscarlo cuando esté lista la salsa. Si lloras y te quejas, no te ayudará".

Un reloj de arena puede resultar muy útil. Rocío puede observar la arena que se desliza hacia abajo y saber que su espera casi ha terminado. Y no hay manera de apurar la arena. Para niños muy pequeños, usa un *timer* de treinta segundos o de un minuto. A medida que los niños crecen, cámbialo por uno de dos o tres minutos.

2. Involucra a tus hijos en actividades que no se puedan terminar inmediatamente. Planea en forma deliberada actividades que lleven más de una sesión concluirlas. Deja un rompecabezas sobre

una mesa auxiliar, para que la familia vaya armándolo cuando alguno tenga tiempo. Construyan juntos una casa para pajaritos o un avión a escala. Cose, junto con tu hija, ropa para la muñeca o ropa de verdad. Estas actividades proporcionan una ejercitación maravillosa para hacer algo hasta que el proyecto esté terminado. El aprendizaje más efectivo se logra cuando los padres y los hijos realizan juntos el proyecto. Las clases de música y la práctica de deportes son excelentes medios de desarrollar la perseverancia, también.

3. **Ayuda a los niños a aprender cómo tratar con las frustraciones.** Muchos adultos no han aprendido esta habilidad. Ésta comienza en la niñez. No caigas en la trampa de decir: "Es sólo una niña. No se puede esperar que tolere mucha frustración". Si no comienza a aprender cuando es niña, nunca aprenderá a tolerar la frustración.

La Srta. Diez años hizo un escándalo porque sus padres dijeron que no le podían comprar el *jean* de marca que ella decía necesitar (léase querer). Aun después de que el berrinche disminuyó en intensidad, se negó a escuchar razones y siguió gritando: "¡Ustedes no me quieren! ¡Nunca me compran lo que necesito!" Así que sus padres decidieron dejarla sola hasta que se le enfriara la cabeza. Se alejaron sin comentarios adicionales.

Cuando vino a la mesa para la cena, todavía enfurruñada, pero por lo menos no gritando, decidieron probar nuevamente. "Ya que no podemos comprarte los *jeans* de marca que quieres, ¿cómo piensas que podrías conseguirlos?" Tuvieron que probar varías veces hasta lograr que pensara en serio en la pregunta. Finalmente, le dijeron: "Podemos comprarte un *jean* común o darte el dinero que hubiéramos pagado por un *jean* común, y tú puedes ganarte el dinero para un pantalón más caro. Quizá quieras pensar un poco antes de decidir qué harás".

La Srta. Diez pensó en ello y discutió su elección con sus padres varias veces en los siguientes días. Finalmente, decidió ganar el dinero para comprar los *jeans* más caros. Pero, sorprendentemente, cuando tuvo el dinero suficiente decidió no comprarlos. Ahora sabía cuánto esfuerzo se necesitaba para ganar el dinero y decidió que quería hacer otra cosa con eso ganado con tanto esfuerzo. Fue una maravillosa lección en relación con la frustración, la tolerancia, la perseverancia y, como extra, el valor del dinero.

Todos los niños necesitan estas lecciones. Ayúdalos a aprender a pensar cómo salir de la frustración y a darse cuenta de lo que deben hacer. Recuérdales, también, que algunas cosas no se pueden cambiar y que hay que aprender a vivir con ellas. “Tu hermana es tu hermana. Es muy diferente de ti, pero es tu hermana. No la vamos a regalar, y necesitas aprender a llevarte bien con ella”.

“Tus padres están divorciados. Es terrible, pero no se puede cambiar. Podemos tener un hogar feliz, aunque no puedas ver a tu papá todas las semanas”. Coloca un cartel con la oración de la serenidad en un lugar visible de tu hogar y haz referencia a ésta a menudo: “Señor, concédeme serenidad para aceptar las cosas que no puedo cambiar, valor para cambiar las cosas que puedo cambiar y sabiduría para reconocer la diferencia”.

4. **Enseña a tus hijos que el éxito y la perseverancia están íntimamente relacionados.** El éxito y la perseverancia son socios. El éxito nunca se da sin perseverancia. Los niños a menudo tienen la idea de que sólo las personas más inteligentes tienen éxito. La verdad es que muchas personas exitosas no son brillantes, pero siempre son persistentes. ¿Has escuchado el viejo dicho: “El genio es un 1% de inspiración y un 99% de transpiración”? Enséñaselo a tus hijos. Ayúdalos a aprender a actuar de acuerdo con ello. Enséñales que muchas personas tienen éxito simplemente porque se niegan a darse por vencidas. Los reveses sólo son escalones hacia la victoria. Escucha los sueños que tienen tus hijos y ayúdalos a alcanzarlos paso tras paso. Abundan las historias de atletas, estadistas, inventores y otras personas perseverantes. Pide al bibliotecario de tu zona que te ayude a encontrar algunas de estas historias y léelas junto con tus hijos. Inspíralos y luego practíquenlo.

5. **Enseña a tus hijos que la impaciencia y la impulsividad pueden tener consecuencias muy reales.** Los niños pequeños pueden perder cosas, lastimarse o perder un premio porque no quisieron

“ esperar. La impulsividad puede hacer que los niños mayores pierdan sus amigos, arruinen un proyecto escolar, pierdan un partido, o que se hundan en el uso de drogas o en el sexo. Compara las consecuencias de la impaciencia y de la paciencia, de modo que tus hijos capten claramente la idea. Usa muchos ejemplos positivos, no sólo negativos. “Esperaste

pacientemente a que terminara de practicar el piano con tu hermano; ahora podemos jugar juntos a la pelota". Anima a los niños mayores y a los adolescentes a no tomar decisiones impulsivas que puedan lamentar en el futuro. Se requiere paciencia y perseverancia para encontrar los amigos correctos y para desarrollar relaciones. La impaciencia puede tener consecuencias desastrosas, tales como bebés ex- tramatrimoniales, resaca o accidentes automovilísticos que incapaciten.

6. **Cuando una tarea parezca abrumadora, ayuda a tu hijo a superar un punto difícil.** Hay pequeñas cosas que puedes hacer para animar a un niño desanimado y frustrado. Acércate al niño, pregúntale por la dificultad y luego trata de hacer alguna sugerencia que lo ponga nuevamente en camino. Si eso no funciona, trabaja con él en el siguiente paso. Quizá se necesiten dos manos para sostener juntas las partes que hay que pegar o quizá tu hijo no sepa cómo encontrar la información que quiere en una enciclopedia. Decir que entiendes lo difícil que es a veces, anima al niño a proseguir.

Ayúdalo a ponerse metas más pequeñas que, al sumarse, concluyan el trabajo. Pónganse metas que puedan alcanzarse pronto. Luego ayúdalo a decidir cuál será el siguiente paso. Es más probable que persevere cuando sabe qué hacer después. Convierte en un juego la conclusión del proyecto, si puede completarse en pocos pasos.

Si tu hijo se cansa de trabajar antes de concluir con sus tareas en el hogar, y quiere abandonar, señálale algo agradable que puede hacer cuando termine. Ayúdalo a terminar. "Hay mucha loza hoy. Te voy a ayudar a secar los últimos platos; luego puedes jugar a la pelota con Manuel".

¿PROBLEMAS CON LA PACIENCIA Y LA PERSISTENCIA?

Algunos niños, como Dani, tienen muchos problemas con la paciencia y la persistencia. En su temperamento hay niveles elevados de impulsividad y persistencia. Cuando quieren algo, lo quieren en el momento, no más tarde. Y es muy difícil distraerlos de lo que quieren. Estos niños a menudo son considerados obstinados porque persisten en lo que están haciendo a pesar de los intentos de otras personas por distraerlos. A los padres les gusta esta combinación de rasgos cuando su

hijo juega solo por largos períodos de tiempo o cuando a su hermana mayor nada la distrae de terminar sus tareas escolares. Pero, cuando este mismo niño insiste en ponerse cierta ropa o en ir a un lugar al que sus padres no quieren que vaya, esa misma persistencia puede ser vista en forma negativa. Es, sin embargo, sólo una manifestación del mismo rasgo de persistencia del temperamento. El niño está siendo consecuente.

Dani es uno de esos niños etiquetados como "terco y de carácter fuerte" (interprétese como alto nivel de perseverancia). Mostró estos rasgos ya en la sala de recién nacidos del hospital. Y ha continuado mostrándolos. Sin embargo, el alto nivel de persistencia tiene un lado positivo, no siempre notado por los padres. Dani lo mostró un día en que tuvo que hacer de acompañante de una novia.

Con sus ojos azules y su cabello rubio, Dani se veía adorable en su esmoquin. Marchó por el pasillo de la iglesia llevando orgullosamente la Biblia al pastor, y luego se dio vuelta y puso sus pies sobre la X marcada en el piso, en el lugar donde debía pararse.

La novia entró por el pasillo, y comenzó la ceremonia. Pronto Dani comenzó a balancear los brazos para adelante y para atrás. (Esto muestra un alto nivel de distracción.) Miró a los miembros del cortejo nupcial, luego a la audiencia, y continuó balanceando los brazos y girando de un lado para el otro. No importa cuánto se moviera, sin embargo, sus pies siempre estaban sobre la X. Le habían dicho que se quedara sobre la X, y eso hizo.

Pronto sintió calor y comenzó a frotarse la frente. Cuanto más calor tenía, más se frotaba la frente. Sus orejas y sus mejillas se pusieron coloradas. Pronto, lágrimas silenciosas comenzaron a deslizarse por su rostro. Era obvio que se sentía muy mal, pero no se movió de la X marcada sobre el piso donde le habían dicho que se parara. Dándose cuenta de lo mal que se sentía, varias personas de la audiencia le hicieron señas de que bajara, pero él se quedó en la X. Aun cuando su papá le hizo señas de que bajara, Dani siguió sobre la X. Iba a cumplir con su deber, no importaba lo que ocurriera (alto grado de persistencia). Después de un rato, el papá subió a la plataforma, lo tomó suavemente en sus brazos y lo sacó de la nave a un lugar donde pudiera refrescarse. En la recepción, sin el caliente esmoquin, Dani era nuevamente un niño

encantador y simpático.

Sus padres me contaron que, desde que nació, Dani mostró una determinación inflexible. Sus padres pronto se dieron cuenta de que Dani tenía ideas muy firmes acerca de lo que quería, y que la paciencia no formaba parte de su constitución. Una vez que decidía que quería algo, nada lo distraía, y muchas veces al día tenía explosiones de ira. Habían trabajado mucho para ayudarlo a controlar su genio y a ser más paciente. Los progresos eran lentos, pero podían ver algunos.

Sin embargo, podía ser el niño más encantador cuando quería. Su sonrisa simpática podía ganar el corazón de cualquiera mientras galanteaba con coquetería. Frecuentemente arrojaba sus brazos alrededor del cuello de su mamá y le susurraba: "Te quiero".

En la boda, Dani mostró un cualidad muy valiosa: podía perseverar, no importaba lo que pasara. Podía cumplir con su deber aunque se sintiera mal. Muchos niños se hubieran dado por vencidos. Pero Dani no. Hizo su trabajo aunque era difícil: mantuvo sus pies en la X.

Si tienes un hijo obstinado y muy persistente, recuerda a Dani y el lado positivo: su persistencia. Tu hijo tiene un rasgo innato que lo ayudará a conquistar dificultades bajo las cuales otras personas se encorvan. Puede ser un líder fuerte, que persista en medio de tiempos malos. Pero necesitará tu dirección para aprender cuándo ceder su persistencia y adaptarse.

Dani también mostró un alto nivel de actividad, balanceando los brazos, girando sobre la X, menéandose y zangoloteando. Su alto nivel de actividad y su impulsividad tienen un lado positivo y otro negativo. Vive con intensidad. Se mueve rápido y hace las cosas ligeramente. Constantemente está en hiperalerta. Nota todo lo que pasa a su alrededor. Es como un tigre agazapado con un pie en la base, esperando para robar la siguiente. Es un jugador de fútbol agresivo. Es rápido para decirte que te ama y para elogiar a su mamá por la rica comida. Ése es el lado positivo.

El negativo es que puede ser difícil vivir con toda esa actividad e impulsividad, especialmente si el resto de la familia es más tranquila. La paciencia es difícil de adquirir. La intencionalidad es casi desconocida. Planificación y organización, ¿qué es eso? Su habitación nos recuerda la secuela de un huracán. Algunas personas hablan de Dani como de

un niño "difícil", por su combinación particular de rasgos de temperamento. ¿Cómo puede una familia vivir con un niño tan intenso y activo? Recuerda, hay un lado positivo y uno negativo. Para manejar lo negativo, considera las siguientes sugerencias:

1. Mantén regulares las rutinas de la comida, el descanso y el ejercicio. Es muy importante la regularidad.
2. Prepara a tu hijo con anticipación para los cambios o las situaciones que puedan ser problemáticos. Es muy importante la seguridad. Este niño necesita saber lo que va a suceder. ¡Sorpresas, no!
3. Establece unas pocas reglas bien elegidas y adhiérete a ellas. Sé paciente, persistente, ten calma y sé firme con respecto a estas reglas.
4. Limita las actividades que sobreexcitan (tales como programas de televisión que asustan, o grupos grandes de personas o situaciones nuevas).
5. Alégrate con progresos muy pequeños; no esperes progresos enormes.
6. Demuestra mucho amor. Asegúrate de que tu hijo se *sienta* amado.
7. Busca las virtudes y las cualidades positivas, y aliéntalas. No permitas que este niño piense que es una frustración para ti. Esto puede convertirse en una profecía de autocumplimiento muy difícil de revertir.
8. Reserva las batallas para los temas realmente importantes.
9. Date un recreo. Sal, haz algo por ti.
10. Ora pidiendo paciencia y comprensión. ¡No te des por vencido! Este niño tiene un enorme potencial.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Prueba algunas actividades nuevas en familia, en las que todos aprendan juntos. O hagan una actividad que sea nueva para tus hijos. Los niños no aprenden solos a ser pacientes y perseverantes. Éstas deben ser actividades para toda la familia. Lo importante es divertirse mientras se aprende paciencia y persistencia, y mientras se experimentan las recompensas de la persistencia. Elige las actividades que funcionen para tu familia o haz las que a ti se te ocurran.

1. **Aprendan a hacer una cometa** (barrilete, volantín) y háganla volar.

2. **Armen un rompecabezas de dos mil piezas** o uno de los que son de un solo color.

3. **Fabriquen decoraciones navideñas** para los vecinos o para sus familiares.

4. **Hagan y decoren galletitas (masitas) navideñas** para todas las tías y los tíos y primos o para todos los amigos.

5. **Aprendan a bordar a punto cruz.** Se pueden conseguir modelos sencillos. Es más fácil que tejer a croché o a dos agujas. No se pierden los puntos, y el trabajo siempre está allí cuando uno quiere retomarlo. Es muy bueno para desarrollar la concentración.

6. **Aprendan a identificar el canto de diez aves comunes** de la zona en que viven.

7. **Aprendan a identificar todos los países de Africa.** Aprendan algo de cada país, como sus accidentes geográficos, o sus productos más importantes, o algo interesante acerca de su gente o su historia. Quizá puedan intercambiar correspondencia con alguien que vive en uno de esos países.

8. **Aprendan a jugar a la rayuela.**

9. **Aprendan a saltar a la soga** (cuerda). Los niños mayores pueden aprender saltos y maniobras complicadas.

10. **Aprendan a andar en patineta (*skateboard*).**

11. **Aprendan a patinar sobre** *rolters,* toda la familia. Sin excusas, mamá y papá. Todos.

12. **Memoricen un himno clásico.** Aprendan cuándo y por qué fue escrito. Aprendan todas las estrofas. Aprendan lo que significan.

13. **Aprendan algunos movimientos gimnásticos básicos,** como el *roll* y la vela.

14. **Memoricen un versículo bíblico** por semana, hasta que hayan aprendido un capítulo completo. Comiencen con un capítulo corto y fácil, como por ejemplo el Salmo 23.

15. **Confeccionen juntos un acolchado de retazos de tela.** Hay algunos patrones sencillos que los niños pueden seguir. La cuestión es cortar y coser a máquina. Un tamaño manejable es el de una manta para la falda y se puede terminar en un tiempo razonable. O hagan un acolchado con cuadrados de 25 cm de tela de lienzo (muselina) simple. Cada miembro de la familia se ocupa de algunos cuadrados,

dibujando algo con marcadores de tinta permanente. Un niño mayor puede coser todos los cuadrados. Cada cuadrado podría representar una de las vacaciones familiares o un evento importante para algún miembro de la familia.

16. **Realicen juntos algún trabajo sencillo en madera.**

17. **Aprendan a leer una receta sencilla de cocina y a prepararla.** Recompensa inmediata: algo bueno para comer.

18. **Cultiven una huerta pequeña.** Nada desarrolla tanto la paciencia como esperar a que las plantas broten y crezcan. Una huerta en una maceta en el patio funciona tan bien como una huerta grande.

19. **Comprométanse a mantener limpia de basura una sección de una ruta.** Quizás hasta pongan el apellido de la familia en un poste al costado del camino.

20. **Hagan juntos algún proyecto de modelismo:** un avión, un auto, una casa de muñecas, etc.

CITAS SABIAS

"El genio es un 1% de inspiración y un 99% de transpiración".

-Thomas A. Edison

"Puedes haber perdido la entrada, pero todavía puedes ganar el partido".

"La paciencia con la impaciéncia de los demás es perfecto poder".

"Si hay una tapa que no encaja hay una tapa que sí lo hace".

-Proverbio japonés

"La paciencia horada hasta la piedra".

-Proverbio japonés

"Hay algo bueno en cada demora".

-Proverbió árabe

"El camino de mil millas comienza con un solo paso".

-Proverbio chino

"El día más largo tendrá un final".

"Un árbol trasplantado a menudo nunca está cargado de fruta".

-Proverbio italiano

"El mayor logro no es no caerse sino levantarse después de haber caído".

-Vince Lombardi

"La paciencia abre todas las puertas".

SENDEROS DE LA NATURALEZA HACIA LA PACIENCIA Y LA PERSEVERANCIA

La naturaleza rara vez parece estar apurada. Desafía a tus hijos a acumular evidencias de que el mundo natural exhibe enormes cantidades de paciencia y perseverancia. El testimonio es abrumador. Sólo de muestra:

Agua, hielo y viento: El agua, el hielo y el viento están entre las fuerzas más poderosas de la tierra. A veces exhiben su poder en forma repentina con huracanes, tornados y maremotos. Otras veces su accionar es muy, muy lento. Gota por gota se construyen las estalagmitas a lo largo de centenares de años. Poco a poco, las rocas se desintegran y eventualmente llegan a ser tierra. Estación tras estación, el agua y el hielo cavan un cañón. Los glaciares se mueven centímetro a centímetro y cambian la faz de la tierra. Sin apuro. Tan sólo pequeñas acciones inexorables.

Ostras: En la profundidad del océano, la ostra admite accidentalmente un irritante grano de arena y eventualmente lo recubre con nácar, una capa por vez, hasta que llega a ser una perla, joya muy buscada que brilla con un arco iris de color. La paciencia y la perseverancia pueden convertir cualquier revés en algo de lo cual enorgullecerse.

Las semillas y las plantas: Una joven planta se abre camino alrededor de una roca y sale a la luz. La raíz de un árbol raja el asfalto y el cemento. Las semillas de las tumbas de los faraones del antiguo Egipto brotan, su vida está intacta después de siglos. La persistencia puede ganar, a pesar de que esté en desventaja.

SENDEROS COTIDIANOS HACIA LA PACIENCIA Y LA PERSISTENCIA

El mejor aprendizaje se logra usando las experiencias del propio niño, pero también pueden resultar útiles las historias de otros niños.

Niñez temprana: La ciudad de bloques

Andrés está jugando con sus bloques. Ha trabajado mucho para hacer algo grande, más grande que lo que ha hecho alguna vez. Su hermano Luis entra corriendo en la habitación donde Andrés está jugando, se tropieza con una alfombra y cae sobre la ciudad de bloques que Andrés construyó. Se cae todo. Andrés está descorazonado. Estaba tan orgulloso de su ciudad de bloques que quería mostrársela a papá cuando volviera a casa. ¿Qué debería hacer Andrés? ¿Ayudará en algo enojarse con su hermano? ¿Fue un accidente o fue a propósito? ¿Debería comenzar a reconstruir su ciudad? ¿Qué debería hacer Luis?

Niñez tardía: El proyecto de arte

Alexia está trabajando en un proyecto de arte que exige pintar un cuadro de un granero sobre una madera. Debe entregar el proyecto al día siguiente, y está trabajando furiosamente para terminarlo a tiempo. El maestro (profesor) le bajará la nota si entrega el trabajo tarde. Está concentrada en su trabajo, cuando entra haciendo pinitos su hermanito menor, David, y se da contra un frasco de pintura. La pintura se cae sobre el trabajo de Alexia, arruinándolo. Alexia pega un grito y quiere estrangular a su hermanito, pero por supuesto no lo hace. ¿Qué puede hacer? ¿Cómo puede terminar a tiempo su trabajo? ¿Cómo puede sobrevivir Alexia a esta prueba de paciencia y perseverancia?

Adolescencia: La obra

Maximiliano se hizo una prueba para participar en la obra anual de teatro de su colegio. Siempre había querido probar la actuación y estaba emocionado por haber sido elegido para una parte. No era el protagonista, pero era un buen comienzo para un principiante. Comenzó inmediatamente a aprender su letra. Pero, sin importar cuánto practicara su letra, o cuántas veces la repitiera, no podía acordarse de cada palabra. El director era muy estricto acerca de aprenderse la letra perfectamente y lo reprendió en el último ensayo porque tropezó dos veces con las palabras. Maximiliano se siente chasqueado y desanimado. ***Quizá no siruo como actor. Quizá no*** soy ***suficientemente inteligente. Todos los demás parecen saber lo que tienen que decir. ¿Por qué no puedo recordar mi parte?*** ¿Qué debería hacer Maximiliano con su

frustración y desánimo? ¿Debería abandonar la obra y la actuación? ¿Cómo se sentirá si abandona? ¿Cómo se sentirá si persiste?

■

CLAVES PARA LA PACIENCIA Y LA PERSEVERANCIA

1. Enseña a los niños pequeños, en forma gradual, a esperar para obtener algo que quieren.
2. Involucra a tus hijos en actividades que no se puedan terminar en forma inmediata.
3. Ayuda a los niños a aprender cómo tratar con las frustraciones.
4. Enseña a tus hijos que el éxito y la perseverancia están íntimamente relacionados.
5. Enseña a tus hijos que la impaciencia y la impulsividad pueden tener consecuencias muy reales.
6. Cuando una tarea parece abrumadora, ayuda a tu hijo a superar ese momento difícil.

Capítulo 18

Paz y humildad

***Pero los mansos [...] se recrearán con abundancia de paz* (Sal. 37:11).**

Todo el mundo está buscando paz; por lo menos, eso es lo que dicen. Parece un sueño ilusorio. Mientras cada grupo esté luchando por sus derechos, la paz demorará mucho en llegar. Escucho a los padres jóvenes quejarse: "¡Oh, qué daríamos por unos pocos minutos de paz y silencio!" Nadie peleando, nadie gritando. Alguien que diga: "Está bien. Te perdono".

El mundo está lleno de personas cuyos actos gritan: "¡YO, YO, YO! Quiero el pedazo más grande, el auto más caro, la casa más grande, la ropa más elegante, el cargo con más poder, la esposa y los hijos más lindos. Quiero que todos me respeten. Quiero ser importante. ¡YO, YO, YO!"

Pero la paz comienza con la humildad, una palabra que la mayoría de la gente no quiere escuchar en estos días. No encaja con la imagen popular de poder. Pero es la imagen del Maestro y Sanador galileo.

Brandon Reaves, uno de mis predicadores favoritos, dijo: "La verdadera humildad no es la negación de nuestros dones, sino el reconocimiento de su Fuente". Me gusta eso. La humildad no significa que soy el felpudo para que otras personas pasen por encima de mí. No significa

que me arrastro en el barro de la autorrecriminación y de la crítica. Soy una persona digna, creada por Dios, con habilidades que puedo usar para ayudar a otros. La humildad no significa que no puedo ser reconocido como atleta mundial, o como orador o como músico. Significa que reconozco a Dios como la Fuente de mis talentos. No soy orgulloso y jactancioso de mis logros.

La paz comienza en los corazones y en los hogares. Como dice un proverbio chino: "Si hay justicia en el corazón, habrá belleza en el carácter. Si hay belleza en el carácter, habrá armonía en el hogar. Si hay armonía en el hogar, habrá orden en la nación. Cuando hay orden en la nación, habrá paz en el mundo".

¿Cómo puedes ayudar a tus hijos a abrazar una vida de paz y humildad cuando a todo su alrededor reina supremo el yo? ¿Cómo se manifiestan la paz y la humildad en la vida real?

CUANDO SOY PACÍFICO Y HUMILDE...

- Calma
- Cooperación
- Modestia
- Sumisión
- Gentileza
- Longanimidad
- Adaptabilidad
- Cortesía

Coopero. Trato de evitar pelear, y resuelvo mis problemas pacíficamente.

Trabajo mucho para hacer las cosas lo mejor que puedo, pero no me jacto de ello.

Trato de reaccionar con tranquilidad, en lugar de agitarme o enojarme por las cosas que no me gustan.

Si alguien me trata mal, trato de recordar que realmente es su problema. Trato de ser comprensivo.

Soy un buen jugador en equipo. Trabajo fuerte para mi equipo.

Estoy aprendiendo cómo negociar cuando estoy en situaciones difíciles.

Si el otro equipo gana, los felicito. No me quejo de que el árbitro fue injusto y de que por eso ganaron. Si alguien de mi equipo cometió un error que nos costó el partido, suavemente trato de ayudar a los miembros del equipo a pensar que cualquiera podría haber cometido un error, y que yo sigo respetando a ese jugador y queriéndolo en mi equipo. Lo hará mejor la próxima vez.

Cuando gano o recibo algún honor especial, acepto el reconocimiento con un espíritu de humildad. Doy crédito a los otros que me ayudaron a merecerlo. Estoy orgulloso y feliz de mis logros, pero no me jacto.

Trato de ser cortés y servicial con todas las personas con las que me encuentro.

CÓMO VE DIOS LA PAZ Y LA HUMILDAD

El corazón humano está lleno de egoísmo y egocentrismo. El yo es lo I más importante. Sólo Dios puede darnos una perspectiva diferente. No podemos cambiarnos a nosotros mismos, pero podemos pedirle a Dios que cambie nuestros corazones egoístas por corazones que amen a los demás. El amor no se jacta, no es orgulloso ni busca lo suyo. El amor busca lo mejor para los demás. La humildad nos ayuda a vivir en armonía con otras personas. Lleva a tener paz en nuestros corazones y en nuestras vidas. Ese es el camino de Dios en un mundo confundido y egocéntrico. El camino de Dios es posible sólo cuando estamos conectados con él.

[...] Dándose preferencia y respetándose mutuamente. Romanos 12:10, DHH.

¿Has visto hombre sabio en su propia opinión? Más esperanza hay del necio que de él. Proverbios 26:12.

[...] Dios no es Dios de confusión, sino de paz. 1 Corintios 14:33.

Tú guardarás en completa paz a aquel cuyo pensamiento en ti persevera; porque en ti

Personajes bíblicos

En la Biblia abundan los ejemplos de paz y humildad, y de sus opuestos. La Biblia llama a Moisés el hombre más manso que vivió alguna vez, pero no siempre fue así (Núm. 12:3). Repasa cómo fue que cambió de orgulloso a humilde. Cuando Samuel fue a buscar a Saúl para ungirlo como el primer rey de Israel, ¿adonde lo encontró? (1 Sam.
9, 10). Cuando José y Daniel interpretaron sueños para sus reyes, ambos tuvieron cuidado de darle el crédito de la interpretación a Dios, no

atribuyéndolo a sí mismos (Gén. 41:25-28; Dan. 2:27, 28). David quería construir un templo para honrar a Dios, pero cuando Dios dijo: “No, tu hijo edificará mi casa”, David se sometió humildemente a la dirección de Dios (1 Crón. 28). Jesús pintó un cuadro perfecto de paz y humildad cuando vivió en la tierra. ¿Cuántos incidentes de su vida puedes encontrar que ilustran la paz y la humildad? Repasa la relación de Abraham y Lot (Gén. 13:8, 9); la de Jacob y Esaú cuando se encontraron después de muchos años (Gén. 33:4); la historia del publicano y el fariseo en el templo (Luc. 18:10-13); de las dos blancas de la viuda (Mar. 12:41-44); y de María derramando el perfume sobre los pies de Jesús (Juan 12:1-7).

La Biblia también contiene ejemplos de lo opuesto a la paz y la humildad. Como ejemplo, considera a Nabucodonosor (Dan. 4) y a los discípulos de Jesús peleando sobre quién era el más importante (Mar. 10:35-45).

Estas historias bíblicas proporcionarán muchas oportunidades para conversar y para vivirlas realmente. Usa las modalidades de aprendizaje que a tus hijos más les gustan: música, dramatización, escritura, escultura, investigación, razonamiento científico, vislumbres personales.

CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A DESARROLLAR PAZ Y HUMILDAD

La paz y la humildad van juntas; la humildad lleva a la paz. Son el epítome del estilo de vida cristiano, los opuestos absolutos a lo que vemos a nuestro alrededor: guerra, luchas, agresiones, orgullo, egoísmo y “primero yo”. De acuerdó con el Iowa Index of Leading Cultural Indica- tors [índice de Iowa de los principales indicadores culturales], la media de crímenes juveniles violentos en los Estados Unidos ha aumentado un 150% en los últimos veinte años, mientras que la media total de crímenes juveniles ha aumentado sólo un 5%. No es fácil enseñar la paz y la humildad, porque son muy diferentes de lo que vemos y oímos todos los días; pero podemos guiar a nuestros hijos en esa dirección. La gracia de Dios puede penetrar en nuestras vidas y derramarse en la vida de nuestros hijos, concediéndonos paz y humildad.

PAUTAS GENERALES

1. **Sé modelo de paz y humildad en tus relaciones familiares.** Anima a los miembros de la familia para que piensen en las necesidades de los otros. Demuestra paz y humildad en tu propia vida. Explica que la mansedumbre trae paz y felicidad. Sé un ejemplo de conexión con Dios, así como la rama está conectada a la vid. Cuando estamos conectados con Dios, cada *show es* el *show* de él, cada habilidad es una habilidad que él nos ha prestado.

2. **Estimula una atmósfera de participación y juego cooperativo.** No les des importancia a las posesiones y a la posesividad. Estimula el compartir y los juegos cooperativos. Limita las peleas en el patio con límites que se cumplan estrictamente. Considera tener una regla firme en cuanto a que cualquiera que pelea debe irse de tu patio. Enseña a los niños a reconocer palabras y acciones que incitan a la violencia, tales como: "¡Soy mejor que tú!", "¡Tonto, tonto!", "¡Gordo, gordo!", "¡Nene de mamá!", o cualesquiera que sean los epítetos del momento. Cuando tus hijos reconozcan las "palabras de pelea", pueden aprender a "eliminar la tensión" de sus propias emociones y a alejarse de la escena sin necesidad de involucrarse en una pelea. También pueden aprender a mantenerse alejados de los niños que incitan a pelear. (Ver el capítulo 9 en relación con cómo manejar la presión de los pares.)

3. **Estimula un respeto propio positivo, pero desalienta la jactancia y la fanfarronería.** Enseña a los niños a no alabarse a sí mismos, pero a dejar que los demás los elogien por sus logros. Anima a los niños a estar orgullosos de sus esfuerzos y porque *hicieron* lo mejor que pudieron, pero no a jactarse de que son los mejores. En lugar de dar prendedores que digan "Soy el mejor", da prendedores que digan "Hice lo mejor que pude". Explica el misterio de la humildad: si piensas que la tienes, entonces no la tienes.

4. **Ayuda a los niños a experimentar el perdón, tanto dándolo como recibiéndolo.** Provee tu propio ejemplo poderoso y consecuente de perdón para con cada miembro de la familia. No hagas mención de los errores pasados. Concéntrate en el presente. Ayuda a los niños a aprender a perdonarse unos a otros. Enseña que el perdón no es algo natural en los seres humanos; viene de estar conectado con

Dios. Por nosotros mismos queremos guardar el rencor para siempre; "se siente tan bien estar enojado con alguien, vengarnos". Pero, cuando lo hacemos, nos desconectamos de Dios. Tus hijos necesitan saber la verdad acerca del perdón: si tienes un espíritu que no perdona, éste destruirá tu felicidad. El enojo los puede enfermar físicamente y robarles todo la alegría de la vida.

5. **Evita la competencia excesiva. Alienta el respeto por los puntos fuertes de cada persona.** Estimula la competencia contra sí mismo, de mejorar lo que ha hecho anteriormente, en lugar de competir contra otras personas. Céntrense en los puntos fuertes de cada miembro de la familia. El niño que no es muy atlético –rasgo valorado por los pares–, puede ser muy bueno y compasivo, o ser artístico, o musical o líder. Respeten y alégrense con las fortalezas de cada persona. Cuando un niño se queja: "Quisiera poder correr como Nico", háblale de la cantidad de práctica que se necesita para correr rápido. Ayuda a tu hijo a mirar su constitución física y a encontrar un deporte que sea algo natural para él. Aplaudan la manera en que Nico corre, pero anima a tu hijo a desarrollar sus propias fortalezas a través de la práctica.

6. **Anima a los miembros de la familia a que se ayuden unos a otros cuando tienen dificultades.** Somos un equipo, y estamos todos juntos en esto. Si un miembro del equipo necesita apoyo especial, haremos todo lo que podamos para ayudarlo.

7. **Estimula la paz y la no violencia.** No compres juguetes bélicos ni estimules los juegos violentos. Evita los entretenimientos que glorifican la violencia. Enseña formas pacíficas de resolver los conflictos. Promueve la paz en tu vecindario.

8. **Niégate a permitir comunicaciones negativas en tu hogar.** Estimula la comunicación positiva. Diseña una constitución familiar, que todos firmen: "Hablaré bondadosamente a todos los miembros de la familia". No debieran permitirse los "nombres de guerra", los insultos, el sarcasmo o el menosprecio. Construyan un vocabulario de palabras que eleven. Muestra a los niños cómo comunicar su enojo o su disgusto de maneras no violentas.

9. **Muestra a los niños cómo manejar los elogios.** Practiquen una sonrisa y un "muchas gracias", acompañados del lenguaje corporal apropiado en vuestra cultura. Practiquen cómo darles el crédi

to a otras personas que ayudaron. Ayuda a los niños a evitar minimizar sus logros o a avergonzarse. No necesita decir nada más aparte de un "muchas gracias" y una sonrisa.

10. **Enseña a tus hijos el arte de la negociación y habilidades para resolver conflictos de manera pacifica.** En un momento neutral, en el que todos se sientan bastante bien, comienza a enseñar a los niños cómo resolver conflictos. Enséñales habilidades de comunicación: cómo escuchar, cómo decir claramente lo que ocurrió sin ser provocativos, cómo negociar. Tengan sesiones periódicas de práctica. Si tú no has aprendido algunas de estas habilidades, muchas iglesias y centros comunitarios ofrecen clases de educación para adultos en habilidades de comunicación, o puedes conseguir un libro de autoayuda en alguna librería. Éstas son habilidades que se pueden aprender.

11. **Pídeles cuenta a tus hijos por su comportamiento.** Provee consecuencias indeseables por lastimar a otras personas física o verbalmente. Señala tu postura en forma bien clara y cumple con las consecuencias. Nunca toleres la violencia u otras conductas negativas. Sé consecuente con tu posición. No te rías una vez ante una conducta violenta y la castigues la siguiente vez.

12. **Crea una atmósfera tranquila en tu hogar.** La música a todo volumen, con un ritmo fuerte, y otros ruidos crean una tensión subyacente que afecta a los chicos y a los adultos. Todos se aceleran, y es más probable que exploten y no que permanezcan calmados. Usa la prevención. Pon música tranquila. Evita los ruidos fuertes, la confusión y la música sobreestimulante. Si un martillo neumático golpea todo el día al lado de tu departamento o si el ruido de la autopista sobrepasa todo pensamiento coherente, piensa en mudarte. Vive tan cerca de la naturaleza como sea posible. El cielo azul, los árboles, el pasto, las flores y el canto de los pájaros tienen un efecto tranquilizante sobre todos.

13. **Enseña a tus hijos cómo tratar los temas de seguridad personal.** Muchos niños sufren mucha ansiedad por causa de otros niños agresivos y otros temas relacionados con la seguridad personal. Desarrolla un claro plan de acción, de manera que tus hijos sepan exactamente qué hacer en caso de que su seguridad personal se vea amenazada. Enséñales a reconocer señales de peligro y qué hacer en esos casos.

PAUTAS FOCALIZADAS

A menudo, los niños pueden jugar pacíficamente con cualquiera menos con sus hermanos. Son buenos y compasivos con otros niños y adultos, pero no unos con otros. Su rivalidad básica se mete en el medio. Prefieren morir, dicen, antes que ser buenos con su hermano o hermana. Si puedes minimizar la rivalidad fraterna, tus hijos gradualmente comenzarán a vivir en forma más pacífica unos con otros y aprenderán a disfrutar juntos.

Rivalidad fraterna

−¡Mamá, mamá! ¡Joel me pegó! −grita Celeste.

Piensas que has calmado a todos, cuando Joel grita:

−¡Saca a Celeste de aquí! ¡Acaba de arruinar el camión que hice con mis ladrillos!

Parece que nunca termina. ¿Qué puedes hacer?

La rivalidad fraterna parece tener su peor momento entre los 6 y los 9 años, aunque generalmente aparece antes y puede durar más. Muchos especialistas en familia suponen que es una parte natural y normal del crecimiento y que con el tiempo desaparecerá o, por lo menos, se reducirá a un nivel tolerable. Esto es cierto hasta cierto punto, pero no totalmente.

¿Has asistido alguna vez a una reunión de familia y te has sentido de repente como si fueras un niño nuevamente? Tus padres te decían qué hacer, y sentías toda la rivalidad fraterna en los bordes de todo lo que sucedía durante ese fin de semana. ¿Cómo te sientes cuando tu hermana consigue un ascenso y tú no? ¿O si tu hermano claramente gana más dinero que tú? Algunas familias se enredan en rivalidades que nunca mueren.

Por supuesto, como padres cristianos, tenemos metas más elevadas para nuestras familias. Queremos que el amor y la compasión prevalezcan en nuestros hogares, así como fuera de ellos. ¿Qué puedes hacer para ayudar a reducir la rivalidad fraterna y permitir que tus hijos comiencen a disfrutar del gozo del amor y la bondad hacia los miembros de la familia?

El Centro de Conducción del Niño de Filadelfia ofrece algunas pautas excelentes para reducir la rivalidad fraterna, en su libro *Your Child's*

Emotional Health [La salud emocional de tu hijo]. He adaptado algunas de esas pautas para esta sección.

1. **Evalúa el cociente de peleas en tu hogar.** Si hay una atmósfera general de peleas y rivalidad, los niños van a hacer lo mismo. ¿Hablas a tus hijos con voz petulante la mayor parte del tiempo? ¿Pelean mucho tu cónyuge y tú? ¿Son una familia muy competitiva, en la que cada persona trata de ganarle a los demás? ¿Criticas mucho a tus hijos y a tu cónyuge? ¿Te satisfacen tus hijos muy rara vez? Si la respuesta es sí a la mayoría de estas preguntas, puedes esperar bastantes peleas entre tus hijos. El ejemplo es una herramienta muy poderosa para la enseñanza dentro de la familia. Es momento de sentarse, decir "tenemos un problema", de dar una mirada a la familia. No te demores.

2. **Trata de darle atención individual a cada uno de tus hijos.** Asegúrate de que cada uno de tus hijos mayores tenga un tiempo individual con cada uno de los padres cada semana, y que los niños más pequeños los tengan todos los días. Aun diez minutos a solas con papá serán muy útiles para los niños pequeños. Una gran parte de la rivalidad entre hermanos es un pedido de atención a los padres. Aun cantidades pequeñas de atención bien concentrada, individualizada, con cada niño todos los días puede marcar una gran diferencia. Haz lo que el niño quiera durante "su tiempo". Dale tu atención indivisa. Pueden asombrarte los resultados.

3. **Da pautas claras que fomenten el respeto por cada miembro de la familia.** Esto incluye las posesiones de cada persona, así como también sus privilegios y derechos. Haz que estas pautas sean muy claras. Discútanlas como familia si tus hijos son lo suficientemente grandes para entender qué es un diálogo. Si no, presenta reglas muy sencillas para los niños pequeños. Escribe las reglas en un cuadro y ponlo en la cartelera familiar. Respeten la privacidad y las posesiones. Los niños mayores tienen más privilegios que los menores. Mamá y papá tienen derecho a tener privacidad en algunos momentos, también. Nadie debiera invadir el espacio de otro sin permiso. No se permite tomar prestado sin permiso.

4. **Nunca compares a un niño con otro.** Las comparaciones generan envidia y rivalidad. Respeta a cada hijo por su individualidad. Estimula las actividades y los logros individuales. Guillermo y Roy no

tienen que sobresalir los dos en fútbol. Resiste el impulso a vestir igual a dos niños. Cultiva sus personalidades y habilidades individuales. Otros adultos y niños compararán a tus hijos. No puedes controlar eso, pero no agregues combustible al fuego de la rivalidad haciéndolo tú mismo. Puedes suavizar las comparaciones de otros resaltando las buenas cualidades de ambos niños.

5. **Proporciónales a tus hijos abundantes recuerdos de momentos compartidos.** Dales a tus hijos muchos recuerdos de buenos momentos pasados juntos: jugando, haciendo volar cometas, en la playa, haciendo un *picnic* invernal delante de la chimenea, jugando a la pelota con papá o con mamá. Anima a tus hijos a hacerse pequeños actos de bondad unos a otros como sorpresas, quizás en forma encubierta, para que el otro no sepa quién lo hizo. La lista de recuerdos potenciales es interminable. Estos recuerdos positivos ayudarán a tus hijos a aprender a quererse. Compartirán un canasto lleno de recuerdos, que los unirán en los años futuros.

6. **En la medida de lo posible, permite que tus hijos arreglen entre ellos sus propios conflictos.** Obviamente, no puedes hacer esto cuando el Sr. Cuatro años está golpeando sin piedad a la Srta. Seis meses. ¡Mamá, papá o abuelo al rescate! A menos que hayas observado lo sucedido, sólo estás adivinando quién hizo qué. Estás jugando de árbitro sin ver el partido. Algunos niños son realmente adeptos a comenzar una pelea y aparecer como inocentes. Ten cuidado con sus trampas.

Los niños necesitan práctica en la resolución de conflictos; ésa es la vida real. También necesitan lecciones en habilidades para resolver conflictos.

Para dos niños que están peleando por qué juego de computadora jugarán o por quién puede usar la computadora, podrías decir simplemente: "Tienen cinco minutos para resolver qué juego de computadora van a jugar. Si no lo han resuelto para ese entonces, en forma pacífica, apagaré la computadora y ninguno de ustedes podrá usarla durante una hora". Di esto con voz neutral, pero firme, y anota la hora. No lo dejes pasar. Eventualmente, lo captarán, excepto el niño cuya rabia por tener un hermano es tan devastadora que hará cualquier cosa para arruinar la diversión de su hermano, aun si al hacerlo arruina la suya.

Si no ha resuelto su ira durante los primeros tres o cuatro años a partir de la llegada de su hermano, sería sabio buscar ayuda profesional para este niño.

¿PROBLEMAS CON LA PAZ Y LA HUMILDAD?

Algunos niños parecen tener una sobredosis de humildad, pero en realidad son tímidos y retraídos. Pueden tener o no una actitud de humildad. De hecho, lo contrario puede ser cierto; algunos están constantemente pensando en sí mismos y comparándose desfavorablemente con otros. Este niño necesita mucha ayuda y ánimo para aumentar su confianza. Revisa las ideas del capítulo 7 para aumentar el respeto propio y la confianza.

Otros niños parecen tener una sobredosis de confianza. Se jactan, fanfarronean y buscan atención todo el tiempo. Decimos que son niños a los que les gusta estar en el centro del escenario. Hablan en voz alta y tumultuosamente. ¡Enseguida te das cuenta de que están allí! Parecen lo opuesto a la humildad. Sin embargo, muchos jactanciosos son en realidad muy inseguros. La fanfarronería oculta un sentimiento profundamente arraigado de inseguridad y fracaso. Puede ser que no reciban mucho afecto en su hogar. Quizá también necesiten aprender mejores habilidades sociales y desarrollar una dosis más saludable de confianza y respeto propio.

Otros buscadores de atención son simplemente extrovertidos extremos que nunca han aprendido a moderar su comportamiento natural. Sus padres son demasiado perezosos, o despreocupados o no saben cómo fijar y hacer cumplir límites claros para que su conducta sea socialmente más aceptable.

Otros pueden ser niños cuyos padres los han forzado a un rol en el centro del escenario, jactándose constantemente de ellos y "mostrando" a sus hijos inteligentes o talentosos. El niño ha adquirido un sentido exagerado de su propia importancia –lo contrario a la humildad–, y espera ser admirado todo el tiempo. Hay muchas razones.

Hay que aumentar la confianza, si fuere necesario, reconociendo los verdaderos logros, las actitudes positivas y las acciones correctas. Dale a tu hijo oportunidad para que trabaje con otros, como líder y como seguidor. Hagan representación de roles para desarrollar habilidades

sociales. Enseña formas muy específicas de responder a situaciones sociales. Dale atención adecuada todos los días.

Dale al niño fanfarrón, sumamente extrovertido, tranquilidad, calma y ayuda comprensiva. Anímalo a buscar los rasgos positivos en los otros niños y que aprenda a elogiarlos. Ponlo en situaciones en las que tenga que seguir a otros y aprender a llevarse bien con el grupo. Explícale los efectos negativos de su conducta sobre otros niños. Dale siempre reconocimiento apropiado por sus logros reales. Dale actividades tranquilas. Ayúdalo a aprender a turnarse y a esperar su turno para hablar. Muéstrale cómo elogiar a los demás por sus logros. Asegúrate de que obtenga mucho afecto en el hogar, para que se sienta seguro en tu amor.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Periodistas: Jueguen a ser periodistas que observan las soluciones pacíficas o violentas a los conflictos, la humildad o el orgullo. Tomen notas. Durante la cena, o en otro momento apartado para esta actividad, dales a los periodistas la oportunidad de informar lo que han observado. Recuerda, los periodistas deben ser objetivos e informar con precisión lo que han visto. Puedes tener una sección para los reporteros en tu cartelera o sobre el refrigerador, donde se pueda exponer los informes. Los niños más pequeños pueden dar sus informes oralmente. Discutan cada informe, los aspectos negativos y positivos de la situación según la informaron. ¿Cómo resolvería Jesús este conflicto?

Equipo familiar de las estrellas: Crea un equipo familiar de estrellas, descubriendo las habilidades de cada integrante de la familia. Pega la nómina del equipo de estrellas sobre el refrigerador, o en la cartelera o en otro lugar visible. Cada miembro de la familia debe estar en el equipo y su rol debe estar claramente identificado: Organizador (habilidades administrativas), reportero (habilidades de observación), líder de la hinchada (entusiasmo), etc. Todos los miembros de la familia se convierten en cazadores en la búsqueda dé talentos para el equipo. Cuando los cazadores traen sus informes acerca de los talentos descubiertos en otros miembros de la familia, hagan un torbellino de ideas entre todos, a fin de descubrir las posiciones para cada talento descubierto. Cada miembro de la familia podría tener varios puestos en el

equipo. Cuando la familia necesita a alguien para una habilidad particular, a fin de hacer algo en favor del equipo familiar, revisen la lista con el equipo de las estrellas. Por supuesto, ¡se puede descubrir nuevos talentos en cualquier momento!

El orgullo en tu cultura: Hojea algunas revistas con tus hijos, buscando formas en que tu cultura alienta el orgullo egoísta y la arrogancia. Comenten lo que encuentren. ¿Qué significa ser orgulloso y arrogante? ¿De qué manera el orgullo controla sus pensamientos? ¿Qué diferencia hay entre sentirse justificadamente orgulloso de los logros de uno y ser orgullosamente arrogante y egoísta? Analicen los comerciales de la televisión de la misma manera.

CITAS SABIAS

"Las ramas que cargan más, son las que cuelgan más abajo".

–*Garrick*

"La humildad es la corona de la hombría".

–*Proverbio árabe medieval*

"Siempre estás desafinado cuando comienzas a cantar tus propias alabanzas".

"Algunas personas son como un globo de juguete: un alfilerazo y no queda nada de ellos".

"Cuando hay paz hay bendición".

–*Proverbio yiddish*

"Se necesitan dos para pelear. También se necesitan dos para arreglar la disputa".

–*Proverbio tradicional*

"Las caídas lastiman menos a los que vuelan bajo".

–*Proverbio chino*

"Los faros no hacen sonar campanas ni disparan un cañón para llamar la atención a su luz: sólo brillan".

SENDEROS DE LA NATURALEZA HACIA LA PAZ Y LA HUMILDAD

Dios hablará a tus hijos a través de la naturaleza, su segundo libro de instrucciones. Mantén los ojos y los oídos abiertos a sendas de la naturaleza hacia la paz y la humildad.

Los castores: Los castores son animales pacíficos, siempre listos a ayudar a otros castores. Si el lago que trabajaron tanto para construir es tomado por otro animal, ellos no pelean por sus derechos. Simplemente se mudan y comienzan a construir otro dique para formar otro lago.

Las palomas: Las palomas son aves fáciles de reconocer. Son bastante grandes y tienen una forma distintiva, con una cabeza pequeña y un cuerpo grande. A menudo puedes encontrar palomas en el parque de una gran ciudad. Son aves comunes en el campo y en las áreas suburbanas.

Las palomas son el símbolo de la paz y del Espíritu Santo. Quizás ambos estén relacionados: el Espíritu Santo trae paz. En tiempos pasados la gente tenía palomas, por su habilidad para llevar mensajes. Constituían un sistema de comunicación de larga distancia y a menudo llevaban mensajes de gran importancia, de victorias o de pedidos de ayuda durante las batallas. Las palomas son consideradas aves pacíficas y, en tiempos bíblicos, fueron usadas por la gente pobre para los sacrificios, cuando no podían proveer un cordero. La gente también las consideraba símbolos de amor, porque a menudo veían a las palomas arrullarse y cortejarse mutuamente.

Las ovejas: La Biblia probablemente menciona a las ovejas más que a cualquier otro animal. Formaban parte de los servicios religiosos como sacrificio por el pecado, simbolizando el sacrificio futuro de Jesús. Las ovejas tienen reputación de ser tranquilas, pacíficas y mansas. No son luchadoras. Van a donde su líder las lleva. Dependen del pastor para el alimento, el refugio y la protección. Las ovejas son usadas en la Biblia como símbolo de humildad. Jesús fue comparado con una oveja (Isa. 53:7), y nosotros también somos descritos como ovejas (vers. 6).

SENDEROS COTIDIANOS HACIA LA PAZ Y LA HUMILDAD

Las situaciones cotidianas que enfrenta tu hijo constituyen la mejor manera de enseñar valores. Usa estas pequeñas historias, o experiencias similares, para abrir la puerta al pensamiento de tu hijo.

Niñez temprana: El dibujo de María

La docente les pidió a los niños preescolares que dibujaran lo que

quisieran. Los niños comenzaron a dibujar afanosamente. Cuando todos terminaron, la educadora caminó por la sala observando los dibujos. Cuando llegó al dibujo de María, dijo: "Buen trabajo. Se ve bien". Entonces todos los otros niños se reunieron alrededor de María y comenzaron a elogiarla. "Dibujas bien. Tu dibujo es el mejor de todos". "¿Puedes enseñarme a dibujar una flor como la tuya?" María se siente bien porque a la maestra (profesora) y a los demás niños les gusta su dibujo. ¿Qué debería decirles María a los otros niños? ¿Cómo debería actuar? ¿Debería mostrar a los otros niños cómo dibujar una flor como la de ella?

Niñez tardía: El alumno del mes

Todos los meses, la escuela de enseñanza básica pega las fotos y los nombres de los alumnos del mes en los pasillos de la escuela, para que todos puedan ver quiénes han sido honrados. Una de las docentes le dijo a su clase que para el mes de noviembre probablemente dos alumnos serían elegidos para ese honor: Enzo y Tomás. Ambos esperaban ansiosamente ver sus fotos en la cartelera del pasillo. Sin embargo, al comenzar el mes, cuando se pusieron las fotos en la cartelera, Tomás vio la foto y el nombre de Enzo, pero no el suyo. Se acercó a Enzo y le preguntó:

−¿Cómo es que tu nombre aparece allí? Yo soy mejor alumno que tú.

¿Cómo debería responder Enzó a esta acusación sin ser jactancioso ni hacer que Tomás se enoje?

Adolescencia: Escena en el gimnasio

Lucas y Rodrigo hacen actividad física en el mismo gimnasio. No son amigos íntimos, pero se conocen muy bien. Una noche Lucas fue al gimnasio a entrenarse. Rodrigo ha estado usando la única máquina disponible durante los últimos 45 minutos. Lucas le preguntó si había terminado, porque quería usar la máquina y no tenía mucho tiempo. Rodrigo estaba teniendo un mal día. Se enojó e insultó a Lucas. Obviamente, estaba listo para empezar una pelea, pero Lucas se fue en silencio sin decir ni una palabra. Al día siguiente, cuando Rodrigo llegó al gimnasio, vio a Lucas usando la máquina. Lucas se veía molesto con

Rodrigo y no le prestó atención. Rodrigo se sintió mal por cómo había reaccionado el día anterior con Lucas. ¿Qué puede hacer para volver a ganar la amistad de Lucas? ¿Cómo puede arreglar con Lucas la forma en que actuó el día anterior? ¿Cómo puede resolver este problema en forma pacífica?



CLAVES PARA LA PAZ Y LA HUMILDAD

1. Sé un ejemplo de paz y humildad en tus relaciones familiares.
2. Alienta una atmósfera de participación y juego cooperativo.
3. Estimula el respeto propio positivo, pero desalienta la jactancia y la fanfarronería.
4. Ayuda a los niños a experimentar el perdón, tanto dándolo como recibiéndolo.
5. Evita la competencia excesiva. Estimula el respeto por las fortalezas de cada persona.
6. Anima a los miembros de la familia a que se ayuden mutuamente cuando hay dificultades.
7. Estimula la paz y la no violencia. Asegúrate de que los niños sepan cómo manejar los asuntos de seguridad personal.
8. No permitas las comunicaciones negativas en tu hogar.
9. Muestra a tus hijos cómo manejar los elogios.
10. Enseña a los niños a negociar y habilidades para resolver conflictos en forma pacífica.
11. Crea una atmósfera de paz en tu hogar.

Capítulo 19

Lealtad y compromiso

A jehová he puesto siempre delante de mí; porque está a mi diestra, no seré conmovido (Sal. 16:8).

• IVAama! voy a hacer? Estoy en un dilema.

| I"lEl rostro abatido de Doris hablaba mucho de su angustia.

–¿Cuál es el problema, querida?

–Bueno, pasa lo siguiente. Sabes que el banquete del Día de los Enamorados es la semana que viene. La semana pasada Carlitos me pidió que fuera al banquete con él, y yo dije que sí. Pero hoy, ¡Matías me invitó! Y Matías es el chico más popular y mejor deportista, todo junto. Nunca soñé que él me invitara.

–¿Y qué le dijiste? –respondió mamá.

–Bueno, yo tengo muchas ganas de ir con él, pero ya le había dicho a Carlitos que iría con él. Pero no quería decirle que no. Tengo miedo de que nunca más me invite. Así que le dije que lo pensaría y que mañana le contestaría. ¿Qué voy a hacer? –se lamentó Doris.

Lealtad y compromiso. El Sr. Popular. Promesas que cumplir. Carlitos. Elecciones cotidianas en relación con la lealtad y el compromiso. Grandes elecciones, pequeñas elecciones. Elecciones importantes.

La lealtad y el compromiso tienen dos lados. En su lado positivo, son muy deseables y hay una gran carencia de ellos. Los matrimonios

se derrumban alrededor de nosotros por falta del compromiso suficiente para pasar los momentos difíciles. Los cónyuges chismean de los problemas íntimos de su matrimonio. Los empleados y los jefes hablan por los dos lados de la boca. A veces es difícil saber qué quiere decir alguien. Pocas personas tienen el valor de exhibir su lealtad a Dios.

Del lado negativo, la lealtad puede estar mal enfocada. Lee acerca de ello en el diario de tu localidad. Las personas mienten para cubrir a sus jefes, matan a personas inocentes, espían, matan o roban para la pandilla, usan la excusa de la lealtad para casi cualquier cosa cuestionable que hayan hecho.

Para que sea el rasgo positivo de carácter que queremos para nuestros hijos y para nosotros misinos, la lealtad tiene que ir aparejada con la integridad. El compromiso necesita una causa digna. Ésa es la razón por la cual éste es el último capítulo del libro. La fe en Dios, la responsabilidad, el respeto, el dominio propio, la honestidad y la integridad, todos aseguran que la lealtad y el compromiso no sean puestos en el lugar equivocado. La verdadera lealtad se para sobre los hombros del amor, del amor de Dios.

¿Cómo se ven la lealtad y el compromiso en la vida real?

CUANDO SOY LEAL...

Permaneceré al lado de mi familia, no importa lo que ocurra, porque los amo. Si alguien se burla o molesta a mi hermana menor, la defenderé. Permaneceremos juntos.

Cumpliré las promesas que les hago a mi familia y a mis amigos. Pueden contar conmigo. Cuando digo que haré algo por ellos, quiero decirlo realmente, aunque tenga que sacrificar otra cosa para cumplir mi promesa.

Seré leal a lo que mis padres me han enseñado acerca de lo bueno y lo malo, porque los amo.

No chismep acerca de mis amigos, ni de ninguna otra persona. Quiero cuidar su reputación. El chisme lastima a las personas.

Amo a mi país y lo que éste significa. Respeto la bandera de mi país. Hago mi parte para ser un buen ciudadano. Cuando sea mayor, aprenderá cómo se maneja el gobierno y votaré en las elecciones. Ayudaré a defender mi país, si fuere necesario.

Soy cuidadoso de elegir amigos que me serán leales, porque la lealtad es un camino de dos sentidos. Elijo amigos que creen en los mismos valores que yo. Aunque soy amigable con todos, elijo mis amigos más cercanos con mucho cuidado.

Puedo guardar un secreto. Ésa es una de las formas en que muestro mi amor y lealtad a mis amigos y familiares.

Creo que Dios quiere que yo tenga un hogar feliz cuando sea grande. Sé que se necesita tiempo para encontrar a la persona correcta, con la cual casarse. Cuando me case, le prometeré a Dios que seré leal y entregado a mi cónyuge. Siempre guardaré esa promesa. Es una de las promesas más importantes que haré, así que tendré mucho cuidado de pedirle a Dios que me ayude a encontrar a la persona correcta con la cual casarme. Puedo ser leal a esa persona ahora, manteniéndome virgen hasta el matrimonio.

Le doy a mi jefe un día completo de trabajo. _
No le esquivo al trabajo ni hablo mal de mi jefe o del lugar en el que trabajo. Hago lo mejor de mi parte.

Soy entusiasta y apoyo las causas buenas. Pueden contar conmigo para el Día del Colegio y para apoyar el proyecto de lavado de autos de mi curso a fin de recaudar fondos para el viaje de curso.

También mantendré mi promesa de ser leal a Dios. A veces, eso exige mucho coraje. Él me ayudará cuando tenga que tomar decisiones difíciles. Porque Dios me ama y es leal conmigo, mi lealtad a Dios debe ser lo primero.

Amor

Dedicación

Lealtad

Amistad

Devoción

Fidelidad

Coraje

CÓMO VE DIOS LA LEALTAD Y EL COMPROMISO

La lealtad y el compromiso son muy importantes en el esquema de cosas de Dios. Por causa de su gran amor hada nosotros, Dios está absolutamente comprometido para con nuestra salvación. Él será leal con nosotros hasta el mismo fin. Siempre *tiene esperanza en* relación con nuestro futuro. Él espera que seamos leales a él, también. Él cumplirá las promesas que nos ha hecho, y espera que nosotros

[...] Sigan firmes y constantes. 1 Corintios 15:58, DHH.

[...] Iré a ver al rey, aunque eso vaya contra la ley. Y si me matan, que me maten. Ester 4:16, DHH.

Pero el que se mantenga firme hasta el fin será salvo. Mateo 24:13, NVI.

Por tanto, lo que Dios ha unido, que no lo separe el hombre. Marcos 10:9, NVI.

[...] Fiel es el Señor a su palabra. Salmo 145:13, NVI.

cumplamos nuestras promesas hechas a él.

Dios quiere que tengamos ese mismo tipo de lealtad y compromiso en nuestras relaciones con otras personas. La lealtad y el compromiso significan que no chismearemos de otras personas ni las lastimaremos. Las apoyaremos en momentos de gozo y de dolor. Siempre estaremos allí para ayudar, así como Dios siempre está allí para ayudarnos. Dios espera que honremos nuestra promesa a nuestro cónyuge, que seamos leales y mantengamos el compromiso hasta la muerte.

Dios mostró el máximo amor y lealtad cuando envió a su Hijo, Jesús, a fin de morir en la cruz para salvarnos. Él podría haber abandonado este mundo pecaminoso, pero su amor y lealtad no le permitieron hacerlo. En lugar de eso, Dios eligió amarnos. Quiere que seamos sus amigos para siempre.

Personajes bíblicos

La lealtad y el compromiso a veces exigen mucho coraje. Muchas biografías bíblicas demuestran ese tipo de valor: Ester (Ester 3-8); David y Jonatán (1 Sam. 18:1-4; 19; 20; 23:16-18); Oseas (Oseas 1-3); Rut (Rut 1-4); Sadrac, Mesac y Abednego en el horno de fuego (Dan. 3); Daniel en el foso de los leones (Dan. 6); Josué y Caleb (Núm. 13, 14); Abraham e Isaac (Gén. 22); Noé construyendo el arca (Gén. 6-8); y José (Gén. 39). La Biblia también registra historias de personas que no fueron leales. Por ejemplo, fíjate en Jonás (Jonás 1-4) y en Absalón (2 Sam. 13-18).

Ester, Daniel y José son especialmente los preferidos de niños y adolescentes,^ inspiran a tener el mismo tipo de lealtad y valor a pesar

de las dificultades. Graba estas historias en la mente y en el corazón de tus hijos por medio del arte, la música, el drama, hasta que lleguen a ser héroes que se admiren a lo largo de toda la vida.

En todo tiempo ama el amigo, y es como un hermano en tiempo de angustia. Proverbios 17:17.

El hombre que tiene amigos ha de mostrarse amigo; y amigo hay más unido que un hermano. Proverbios 18:24.

El que cubre la falta busca amistad; mas el que la divulga, aparta al amigo. Proverbios 17:9.

Nadie tiene mayor amor que este, que uno ponga su vida por sus amigos. Juan 15:13.

CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A DESARROLLAR LEALTAD Y COMPROMISO

La lealtad es, en mucho sentidos, algo intangible, más difícil de señalar y explicar que los otros valores de los cuales hablamos antes. Sin embargo es la máxima expresión de nuestro amor mutuo y de nuestro amor hacia Dios. Creo que la lealtad debe ser vivida para poder ser entendida. Las experiencias que llevan a una comprensión de la lealtad comienzan muy temprano.

PAUTAS GENERALES

1. **Asegúrate de que tu hijo se sienta amado por su familia.** La lealtad comienza con el vínculo de amor entre la madre y su bebé. La habilidad de amar y ser amado crece del vínculo temprano entre madre y bebé. La confianza es una consecuencia de ese amor temprano. (Ver en el capítulo 10 ideas acerca de cómo ayudar a los niños a desarrollar confianza.) Provee el fundamento esencial para la lealtad. Si tu hijo tiene dificultades con el amor, vuelve al comienzo, y trata de construir un vínculo de amor entre tu hijo y tú. Concéntrate en el amor, cultiva el amor, exprésalo de muchas maneras, asegúrate de que tu hijo se *sienta* amado por ti y por los miembros de tu familia. Cuánto más, mejor. El amor cálido de la familia extendida estimula una fuerte lealtad hacia la familia.

2. **Ejemplifica con tu vida, – y explica tu propia lealtad y compromiso.** Sé un ejemplo de lealtad y compromiso. Los niños aprenden lo que te ven vivir. Pero no es suficiente sólo con vivirlo. Tus niños necesitan escucharte decir lo que estás haciendo y por qué. "Prometí ayudar a limpiar la iglesia esta mañana. Sí, estoy cansado y me gustaría quedarme en casa, pero me comprometí. No los voy a defraudar". Tu explicación hace que tu ejemplo sea mucho más efectivo. ¿Pueden tus hijos confiar en ti? ¿Haces lo que dices que vas a hacer? La confianza es indispensable para la lealtad. Nadie puede ser leal a alguien en quien no confía. Sé un modelo de confiabilidad. No critiques a las personas en autoridad, especialmente de las instituciones hacia las cuales quieres que tu hijo demuestre lealtad. La crítica hace muy difícil que florezca la lealtad. Habla bien del pastor, de los docentes, de tu ex cónyuge y de otros, por el bien de tus hijos.

3. **Establece lealtad para con la familia.** Enfatiza que, como familia, formamos un equipo, que trabajamos juntos para el bien de todos los miembros de la familia. Nos apoyamos mutuamente. Vamos a los partidos y a los recitales para mostrar nuestro apoyo y amor. Si un integrante del equipo tiene una emergencia, todos se levantan del banco para ayudar. Desarrolla tradiciones familiares, cuenta historias de tu familia extendida y de las tradiciones de tu hogar cuando eras niño. Si tus familiares viven cerca, júntense a menudo para que todos se sientan parte de una gran familia. Exhibe fotos de la familia, escríbanse, llamen por teléfono, manden regalos.

No les pidas a los niños que decidan de qué lado están en las disputas familiares, especialmente en casos de divorcio. Tus hijos tienen el derecho de ser leales a ambos padres. Sé que hay momentos en los que un padre no parece merecer esa lealtad (especialmente en situaciones de abuso), pero la persona sigue siendo el padre de tu hijo. Cuando rebajas al padre, rebajas al niño, especialmente si el niño se parece al padre o es del mismo sexo. Permite que tu hijo tome sus propias decisiones.

4. **Provee oportunidades para que tu hijo experimente la lealtad y el compromiso.** Las mascotas, especialmente los perros, son una forma maravillosa para que un niño experimente la lealtad. Cuidar de una mascota es un compromiso serio que desarrolla la leal

tad. Un perro responderá con intensa lealtad a su dueño. Los niños pueden sentir ambos lados del Asunto de la lealtad. El apoyo que los miembros de la familia se dan mutuamente –ayudar con las tareas del hogar, asistir a los eventos deportivos o a los recitales– les da a los niños experiencia en ambos aspectos de la lealtad. *Pedirles* a los niños que obedezcan, en lugar de ordenárselo, provee una oportunidad para que ellos exhiban su lealtad hacia ti y hacia la familia. Nota y comenta todas las evidencias de lealtad que veas en tu familia.

5. Provee oportunidades para que piensen en la amistad y en las lealtades. Ayuda a tus hijos a pensar en preguntas como éstas: ¿A quién deberían ser leales? ¿Cuándo? ¿Quién es leal a ellos?

Ayuda a tus hijos a aprender a elegir a sus *amigos.* ¿Cuáles son las cualidades más importantes en los amigos? ¿Qué clase de amigos quieren? ¿Qué significa ser leal a un amigo?

Enseña a tus hijos a ser muy cauto en las amistades con personas con serios defectos de carácter. Estas amistades mancharán su reputación y pondrán en riesgo su lealtad a Dios, a sí mismos y hacia su familia. Los antiguos proverbios "Aves del mismo plumaje se juntan" y "Sólo se necesita una manzana podrida para arruinar el cajón" siguen siendo verdaderos. Llegarán a ser como son sus amigos. Ayuda a tus hijos a entender la diferencia entre ser amigable para ayudar a una persona y ser "su mejor amigo". Esta es una diferencia fundamental que los niños y los adolescentes necesitan entender.

Enfatiza que la lealtad a Dios viene antes que todas las demás lealtades. La lealtad a los principios viene antes que la lealtad a alguien que está haciendo algo incorrecto. No sacrifiques los principios correctos por una amistad. Si tu amigo te pide que sacrifiques tus principios, eventualmente la amistad te arrastrará a ese mismo nivel. ¿Qué pasa si un amigo le pide a tu hijo que mienta para protegerlo? ¿Y si un novio dice: "Si me amaras, lo harías"? ¿Cuál es la diferencia entre lealtad y delatar a un amigo o a un conocido? ¿Qué haría un amigo leal en esas circunstancias? Probablemente trataría *de* hacer que la persona admita su error y que haga algo para cambiar. E1 amigo leal tiene en mente el bien último de la otra persona, no sólo un arreglo temporal.

Enfatiza que la lealtad es desinteresada. La verdadera lealtad

¡¿a usa a otras personas con fines egoístas o para exaltación propia. La lealtad nunca pisa a otras personas para elevarse. Nunca usa a nadie como felpudo. La lealtad permanece al lado del otro contra viento y marea.

6. **Elige con cuidado los compromisos familiares.** Ten cuidado de no hacer compromisos que no puedas cumplir, como familia y como individuos. La mayoría de las familias viven hoy vidas excesivamente comprometidas, con demasiadas promesas hechas fácilmente, que no se pueden cumplir. Hablen de los compromisos. Traigan cada nuevo gran compromiso al concilio familiar. Revisen los horarios de todos. Enseña a tus hijos algunas habilidades para la administración del tiempo. Sé ejemplo de cómo manejar los compromisos. Cumple, como familia o individualmente, con los compromisos que asumiste.

7. **Ayuda a tus hijos a entender lo que significa la lealtad a Dios.** *La lealtad a Dios incluye obediencia a* sus *mandamientos.* La Palabra de Dios hace esto muy claro. Muchas veces no es fácil y exige mucho coraje. Dios promete proveer el valor para obedecer sus mandamientos, y él siempre cumple sus promesas.

La lealtad a Dios también incluye usar nuestros talentos para honrarlo. Si tu hija tiene talento musical o artístico, ¿usará ese don para honrar a Dios o para honrarse a sí misma? Junto con las habilidades vienen grandes responsabilidades de honrar a Dios con estos dones que él ha dado. Tus hijos necesitan entender que las habilidades son dones de Dios. Usar estas habilidades para Dios expresa su lealtad a él.

Darle a Dios parte de nuestro dinero también es una prueba de nuestra lealtad a él. Comienza a enseñar este principio desde temprano, con el primer dinero que reciba tu hijo. Si el abuelo y la abuela le mandaron $10 como regalo de cumpleaños, ¿cuánto le pertenece a Dios? Enseña a tus hijos lo que dice la Palabra de Dios acerca del diezmo y las ofrendas.

8. **Ayuda a tu hijo a resolver los conflictos de lealtades.** A los niños pequeños les cuesta mucho entender los diferentes roles, y más todavía las lealtades en conflicto. Piensan en un solo rol por vez. Se citó extensamente a Caroline Kennedy, de 3 años, cuando dijo: “Mi papá no es presidente. Es mi papá”. A medida que maduran, la idea de más de un rol y lealtad se hace más fácil de entender. Pero las

situaciones con conflicto de lealtades pueden ser muy difíciles: el divorcio; los amigos; lo bueno y lo malo. Ayuda con cariño y con oración a tus hijos a resolver estos conflictos de lealtad. Estimúlalos a pensar y a expresar sus pensamientos.

9. **Ayuda a tus hijos a entender que la verdadera lealtad debe ganarse.** La lealtad traicionada puede no conseguir una segunda oportunidad. Si chismeas el secreto privado de tu mejor amiga, obtienes lo que te mereces: el rechazo. Los sobornos y la manipulación no tienen lugar en la verdadera lealtad. Como dijo una vez Benjamín Franklin: "Las promesas pueden conseguirte amigos, pero es el desempeño lo que los mantiene". Si quieres que alguien sea leal contigo, debes mostrarte confiable. Puede ser difícil encontrar a una persona en la cual realmente confiar. Es riesgoso brindar lealtad. Si traicionas esa lealtad, puede ser que no tengas una segunda oportunidad. La traición hiere profundamente. Si has sido receptor de una traición, lo sabes. Está alerta a cualquier experiencia personal que ayude a tus hijos a entender este principio.

10. **Ayuda a tus hijos a cultivar un respeto propio y una identidad positivos.** Lo que piensen de sí mismos influirá poderosamente en sus lealtades. Algunos chicos piensan de sí mismos como "miembros de una pandilla", y su lealtad fundamental es hada la pandilla. ¿Con quién se identifica tu hijo? ¿Quién piensa que es? ¿Un rebelde? ¿Un tonto? ¿Un deportista? ¿Un don nadie? ¿Un hijo de Dios?

Había una vez un niño que vivía en una aldea del África. Sáfate era rey, pero murió semanas antes de que nadera el niño. Cimbel niño tuvo edad suficiente para entender, su madre le explicó que 41 no era cualquier niño. Era hijo de un rey. Todos los días le recontaba era un príncipe.

En la escuela, mientras los otros niños daban problemas, peleando y arrojando cosas, y desobedeciendo las instrucciones del maestro, esté niño era obediente y acataba todas las reglas. Un día, uno de los maestros le preguntó:

–¿Por qué eres diferente? No te portas mal como los otros chicos.

El niño respondió:

–Soy diferente porque no soy como los otros niños. Soy espedal, porque mi padre era un rey. Soy un príncipe, y los príncipes no se

comportan de la manera en que se comportan los otros niños.

Su lealtad al trono de su padre provenía de conocer quién era.

¿PROBLEMAS CON LA LEALTAD Y EL COMPROMISO?

Los niños de familias divorciadas a menudo tienen dificultades con la lealtad y el compromiso. Han aprendido a evitar ser leales a un padre cuando están con el otro. También han aprendido a no confiar. Su visión de un mundo seguro y confiable se ha roto para siempre. Han vivido profundos sentimientos de rechazo y un penetrante sentimiento de pérdida. ¿En quién se *puede* confiar? Estos sentimientos pueden seguirlos hasta la edad adulta, y afectar sus propios matrimonios y su relación con Dios.

El divorcio no era la manera en que habías planeado tu vida y no era lo que querías, pero aquí estás viviendo con lo que no se puede cambiar. ¿Están tus hijos condenados a tener dificultades con la lealtad y el compromiso durante toda su vida? ¡Por supuesto que no! *Puedes* hacer algo para ayudarlos a reunir y armar los pedazos de su confianza rota.

Los niños necesitan y *merecen una paternidad óptima.* Esto incluye padres que hayan resuelto sus propios problemas psicológicos, que tengan una personalidad madura, que no usen a los niños para resolver sus propias necesidades neuróticas, que vean al niño como una persona en desarrollo, que crean que los adultos son responsables por el niño, que se vean a sí mismos como adultos que hacen lo que es mejor para el niño, aun si les resulta inconveniente personalmente. Como ves, la mayor parte de estos asuntos afecta el desarrollo de la confianza en el niño. Al trabajar seriamente para reconstruir la confianza, obtendrás grandes dividendos al final.

En primer lugar, si sientes que todavía hay muchos asuntos sin resolver en relación con el divorcio, si sientes que estás enojado y con deseos de vengarte, si quieres hacer "pagar" a tu ex cónyuge evitando todo contacto y convirtiendo a tus hijos en "mensajeros", por favor busca ayuda profesional para ti. Te mereces lograr superar estos temas y comenzar a tener una nueva vida. Sobre todo, tus hijos no deberían tener que pagar psicológicamente por tus asuntos no resueltos.

Los niños son niños. Necesitan sentir que alguien en quien se

puede confiar cuidará de ellos. Aun los adolescentes necesitan este sentimiento. A muchos niños les preocupa que el padre que tiene la custodia desaparezca y los deje solos también. Tú eres el adulto que cuida de tus hijos. Ellos no están aquí para cuidarte a ti. No conviertas a tus hijos en socios de tu vida adulta. No debieran ser tus confidentes ni un oído atento a todos tus problemas. Ellos absorberán el sentimiento de ser "un adulto" con el que habla mamá, pero al final esto amenazará su desarrollo normal. Búscate un amigo o amiga adulto en quien puedas confiar para que sea tu consejero y confidente. Permite que tus hijos sean niños. Para eso es la niñez, para ser un niño cuidado por los adultos. Asegúrate de cuidar a tus hijos. No te involucres tanto en tus propios asuntos, de tal modo que olvides sus necesidades. Esto ayudará mucho para reconstruir la confianza.

Responde las preguntas de tu hip acerca del divorcio de manera honesta y *abierta.* Di la verdad con bondad. No juegues al juego de la culpa. Eso nunca ayuda a los niños a superar sus sentimientos de rechazo y de pérdida. Si tus hijos preguntan, asegúrales que ésta no fue una decisión apresurada. Explícales lo que hiciste para tratar de salvar el matrimonio. Sigue enfatizando que ellos no son responsables por el divorcio. Sé tan específico como sea posible esperar: cuándo verán al padre que no tiene la custodia y a sus familiares, adonde van a vivir, adonde irán a la escuela, etc.

Haz todo lo que puedas para mantener tanta estabilidad como sea posible. Idealmente, los niños continuarían en la misma escuela y en la misma casa, pero eso no siempre es posible. Si debes mudarte, asegúrate de que los niños lleven con ellos sus cosas preferidas. Esto les proporciona continuidad y un sentimiento de seguridad. Expfcales la mudanza con anticipación, y trata de hacerla tan agradable para los niños como sea posible. A veces ayuda mudarse a un lugar cercano a la familia extendida, quienes pueden darles apoyo adicional a tus hijos. Provee tanta estabilidad como sea posible en el hogar: horas regulares para comer y dormir, ropa limpia, una casa limpia, disciplina consecuente, ayuda con las tareas escolares, interés en la vida del niño.

Haz todos los esfuerzos posibles para ser confiable. Cumple tus promesas. Haz lo que dijiste que harías. Sé puntual para buscar a tus hijos de la escuela y de sus partidos. Asegúrate de que tus hijos sepan

que pueden contar contigo. Sé puntual y responsable en la visitación, si eres el padre que no tiene la custodia. Concéntrate en tu relación con tus hijos cuando te visiten. Para ayudar a los niños a reconstruir la confianza, posterga salir con otras personas del sexo opuesto hasta que las vidas de tus hijos se hayan estabilizado. A los niños puede resultarles muy desconcertante una sucesión de novias o novios. Justo cuando tu hijo comienza a sentirse cómodo con esta nueva persona, ésta desaparece también. Tus salidas con alguien del sexo opuesto también pueden resultar amenazadoras para los adolescentes, quienes también están comenzando a "salir". Pueden considerar que están en competencia contigo. Esto no ayuda a reconstruir la confianza.

Preséntales a *Dios, el Padre celestial que nunca abandona ni rechaza.* Él nunca hará un acto de desaparición. Siempre estará allí para consolar y para ser su amigo eterno. Pueden contarle los secretos que no se animarían a contarle a nadie más. Los niños y los adolescentes pueden encontrar gran consuelo en una relación creciente con Jesús y con Dios. Esta relación ayudará mucho a reconstruir la confianza y, por consiguiente, la lealtad. Aprenderán que se puede depender de Dios. Él es siempre leal y está comprometido con sus mejores intereses. Su amor los rodea siempre.

ACTIVIDADES EN FAMILIA

Día del Espíritu Familiar: Las escuelas tienen a menudo un "Día del Espíritu del Colegio". ¿Por qué no tener un Día del Espíritu Familiar? Planifica alguna actividad emocionante para hacer juntos como familia. La actividad debiera sacar a la familia de la casa. Preparen algo loco para que se ponga cada miembro de la familia, como una gorra decorada. Los niños pensarán en cosas más locas y divertidas que tú. Permíteles hacerlo. Si otras personas preguntan por qué están usando eso, permite que «los niños hablen acerca del Día del Espíritu Familiar. Conviértanlo en una tradición familiar.

Álbum histórico de fotos de familia: Trabajen juntos, como familia, para armar un álbum histórico de fotos de familia. Comiencen un árbol familiar. Tus hijos tendrán que hacer algunas llamadas telefónicas para conseguir la información que necesitan, pero esto les dará la oportunidad de hablar con la familia extendida. Los abuelos pueden

ser grandes fuentes de información. Quizá puedan, incluso, mandar algunos recuerdos o fotos para el álbum. Algunas familias tienen fuertes tradiciones en cuanto a ocupación, nombres, antecedentes religiosos y otros aspectos de la vida. Esta actividad podría ser una extensión de la actividad de genealogía familiar sugerida en el capítulo 11.

Investigación acerca de la iglesia: Trabajen juntos, como familia, para aprender acerca de tu iglesia. Investiguen aspectos relacionados con su historia, tradiciones y creencias. Investiguen acerca de los primeros pioneros de la iglesia. ¿Es esta iglesia una tradición familiar, o es una nueva afiliación religiosa? ¿Por qué cambió de iglesia la familia? Descubran cómo está organizada administrativamente tu iglesia.

Investigación acerca de la ciudad: Trabajen, como familia, para aprender cosas de vuestra ciudad o pueblo. Averigüen todo lo que puedan en cuanto a la fundación de la ciudad. ¿Cuáles son sus tradiciones? ¿Qué festivales se celebran todos los años? ¿Hay diferentes vecindarios con inmigrantes provenientes del mismo país? Si vives en un ciudad grande, puedes limitar tu investigación a una sección específica de la ciudad. Hagan algo, como familia, para mejorar la zona de la ciudad en la que viven: recojan basura, pinten las paredes que estén escritas con *graffiti,* planten flores o árboles. Ayuda a tus hijos a enorgullecerse y comprometerse con su ciudad.

CITAS SABIAS

"La lealtad es el dios más sagrado del corazón humano".

–*Latino*

"La lealtad es el mayor elogió".

"No hablaré mal de ningún hombre, y hablaré todo el bien que sepa de todos".

–*Benjamín Frankíin*

"Un hombre con coraje constituye una mayoría".

–*Andrew Jackson*

"El recuerdo es un halcón que no puede ser tenido; la desleahad es el nido de un gorrión que no puede ser reparado".

–*Proverbio turco*

"La lealtad vale más que el dinero".

"La fidelidad es hermana del amor".

"No puedes correr con la liebre y cazar con los sabuesos".

"Las ratas abandonan el barco que se hunde".

"Dios siempre da lo mejor a los que le dejan la elección a él".

"Dios no pregunta por nuestra habilidad o inhabilidad, sino por nuestro compromiso".

"Si no lo vives, no lo crees".

SENDEROS DE LA NATURALEZA HACIA LA LEALTAD Y EL COMPROMISO

A menudo, se puede observar en el mundo natural la lealtad y el compromiso. Aunque los animales no piensan como lo hacen los humanos, demuestran en su conducta algunas de estas características semejantes a las humanas. Ayuda a tus hijos a buscar la lealtad y el compromiso en la naturaleza.

Los perros: Los perros son conocidos por su lealtad a sus amos. Los sirven y los protegen de toda amenaza de mal. Los saludan vehementemente después de una ausencia. Si se lo permiten, duermen al lado de la silla o de la cama de sus amos. Si el dueño está triste, el perro se acerca a él y trata de alegrarlo. Se sabe de perros que han recorrido grandes distancias para encontrar a sus dueños luego de que éstos se han mudado a otra parte del país. La lealtad es una de las razones por las cuales los perros son mascotas tan populares.

Los castores: El castor trabajador es fiel a su compañero de por vida. Se cuidan mutuamente, crían una familia cada año, y son siempre fieles el uno al otro. Hay muchas otras criaturas en el mundo natural que se aparean para toda la vida.

El cálao: El ave cálao hace sus nidos en árboles huecos, en los cuales ponen sus huevos. Cuando la pareja está lista para incubar los huevos, el macho cierra la entrada al nido, para proteger a la hembra y a sus huevos. Deja una pequeña abertura a la entrada, para alimentar a su pareja. Trabaja fielmente para alimentarla. Va y viene, muchas veces al día, trayéndole comida a la madre cálao. El trabajo es duro. Para cuando nacen los pichones, el macho es casi un esqueleto solamente, pero ha vivido su compromiso con su familia.

SENDEROS COTIDIANOS HACIA LA LEALTAD Y EL COMPROMISO

Las experiencias cotidianas de tus hijos son la mejor manera de enseñar lealtad y compromiso. Lucha junto con ellos a través de sus experiencias, permíteles pensar en lo que deben hacer, y apóyalos cuando descubran lo que exigen la lealtad y el compromiso. Usa lo siguiente como experiencias adicionales de aprendizaje.

Niñez temprana: La batalla con bolas de nieve

Pablo y Magdalena son los padres de dos niños. Pablito tiene 3 años y Jorgito, 2. Los domingos de tarde generalmente realizan actividades con toda la familia. Un domingo en particular, había mucha nieve, un día perfecto para actividades en la nieve. Así que, la familia se abrigó bien y se dirigió hasta las dunas a orillas del lago Michigan. Los niños estaban tan entusiasmados que casi no podían esperar llegar hasta las dunas. Cuando llegaron, decidieron deslizarse por el declive.

Pronto los niños decidieron que era hora de una buena pelea con bolas de nieve. Pablito decidió hacer equipo con el papá, pensando que el papá era más grande y podía arrojarlas con más rapidez, mientras que Jorgito decidió formar el equipo con mamá. A la mitad de la batalla, Pablito se dio cuenta de que estaban perdiendo, así que le gritó a la mamá preguntándole si podía ir a su bando.

Inmediatamente la mamá se detuvo y le dijo:

−Pablito, tú elegiste al comienzo formar un bando con papá, así que debes ser leal a tu decisión y a tu equipo, no importa lo que suceda. Mira, papá ha peleado duro, porque es leal a su equipo.

Pablo se quejó y se irritó, y seguía queriendo cambiar de bando. No jugó más y se quedó allí haciendo pucheros parte del tiempo. ¿Qué te parece que pasó al final? ¿Era justo que la mamá le dijera a Pablito que no podía cambiar de lado? ¿Qué opciones tenía Pablito?

Niñez tardía: La escuela nueva

Tomás estaba en quinto año de la enseñanza básica. No conocía a nadie en la escuela nueva, y tenía muchas ganas de tener amigos. Había terminado la primera semana de clases, y todavía sentía que no encajaba. El siguiente lunes, durante el recreo, Roberto, un niño popular en el curso, se le acercó y comenzó a hablar con él. Tomás no podía

creer que Roberto le estuviera hablando, pero así era. Para cuando terminó el recreo, los dos niños se pusieron de acuerdo para encontrarse nuevamente a la hora del almuerzo.

Más tarde, ese mismo día, a la hora del almuerzo, cuando los dos se sentaron a comer, Roberto le mostró a Tomás un atado de cigarrillos que había escondido en su bolsillo, y lo invitó a fumar con él después de la escuela en un lugar secreto. El corazón de Tomás se vino abajo. Sabía que sus padres siempre le habían dicho que estaba mal fumar, pero quería desesperadamente tener amigos. ¿Qué diría Roberto si le decía que no? ¿Seguiría hablándole?

Detén aquí la historia y *pregúntales a tus hijos:* ¿Qué piensas que sucederá? ¿Qué harías tú si fueras Tomás? ¿Qué opciones tiene Tomás en este momento? ¿Cuál podría ser el resultado de esas elecciones? *Luego de comentar estas preguntas, continúa con el resto de la historia.*

Luego de varios minutos de luchar con las elecciones posibles, le dijo a Roberto:

–Lo lamento. No fumo.

Roberto, aparentemente tomado por sorpresa, no sabía qué decir. Finalmente, le contestó:

–Está bien, Tomás. Yo tampoco fumo. La razón por la que te pregunté fue porque todos se preguntaban si fumarías para que te aceptáramos.

–¿De veras? –dijo Tomás, muy asombrado–. Sí, quiero que seamos amigos.

–Yo también –dijo Roberto.

Tomás estaba contento de haber permanecido leal a su creencia y a lo que le habían enseñado sus padres.

¿Y si la historia tuviera un final diferente? ¿De qué otras maneras podría haber terminado? La lealtad, ¿tiene un precio?

Adolescencia: El equipo favorito de Marcia

A Marcia le encantaba apoyar al equipo de voleibol de su colegio. Siempre lo hacía. Cuando jugaba su equipo, Marcia siempre podía ser vista y oída apoyando fuerte y entusiastamente a su equipo. Incluso hacía carteles y escribía frases para alabar a su equipo preferido y a

I

CLAVES PARA DESARROLLAR LA LEALTAD Y EL COMPROMISO

1. Asegúrate de que tu hijo se sienta amado por su familia.
2. Da ejemplo con tu vida, y explica tu propia lealtad y compromiso.
3. Fomenta la lealtad a tu familia.
4. Provee oportunidades para que tus hijos experimenten la lealtad y el compromiso.
5. Provee oportunidades para pensar acerca de las amistades y las lealtades.
6. Elige con cuidado los compromisos familiares e individuales.
7. Ayuda a tus hijos a entender lo que significa la lealtad a Dios.
8. Ayuda a tus hijos a escoger en los conflictos de lealtades.
9. Ayuda a tus hijos a entender que hay que ganarse la verdadera lealtad.
10. Ayuda a cada niño a que cultive un réspeto propio y una identidad positivos.

sus jugadores.

Entonces, un día vino Anita, la prima de Marcia, a vivir a la casa de ésta. Anita era muy buena jugando al voleibol, así que comenzó a enseñarle a Marcia algunas de sus habilidades. Comenzaron a ser muy amigas, por todo el tiempo que pasaban juntas.

Había un pequeño problema, sin embargo. Anita asistía a un colegio rival, donde también jugaba al voleibol. Cuando llegó el campeonato, Marcia comenzó a tener problemas para mantenerse leal al equipo de su colegio. Estaba atrapada en el medio de una decisión entre el equipo de su colegio y el equipo del colegio de Anita, por su relación

con Anita. Era realmente un dilema para ella, y no sabía qué hacer. *Detente aquí* y *comenten lo que podría hacer Marcia.* ¿Debería seguir siendo leal al equipo de su colegio? ¿Y qué sucedería con respecto a su amistad con Anita? ¿Cómo podría afectar eso su lealtad? ¿Qué pasaría si ambos equipos quedaran en la misma liga?

Continúa la historia. Finalmente, Anita la ayudó, recordándole a Marcia que ella ya era leal al equipo de su colegio antes de que fueran amigas. Debía seguir siendo leal al equipo de su colegio, porque era su equipo preferido. Le dijo a Marcia que a ella no le importaba para nada y que entendía.

¿Y si la historia hubiera tenido un final diferente? ¿Y si Anita hubiera amenazado con no ser más su amiga si no era leal al equipo de ella? ¿Es posible ser leal a dos equipos, por razones diferentes? ¿Exige constancia la lealtad?